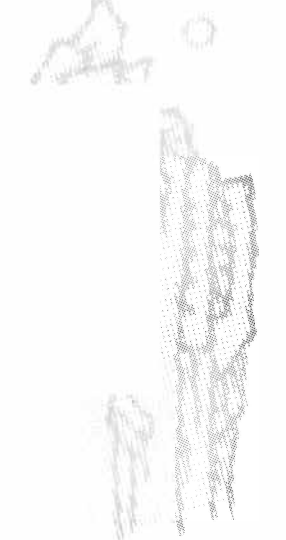
禪門詩偈300首

③

廖閱鵬





「禪門三寶」總序

林清玄

有時候我的工作必須離開台北，有時到遠地去演講，有時到外地旅行，我總是習慣在行囊中帶幾本書同行。由於對禪宗修行情有獨鍾，每次總想帶一些禪門的書籍，可惜大部分時間都會令我廢然而歎，不知道要帶什麼書。

因爲我發現市面上有關禪門的書，多少有一些缺失。最普遍的缺失是年代不明、傳述失眞、敍述零碎，使人無法回到禪師所處的年代與時地，去體會當時的情境。

另一個普遍的缺失，是版本的老舊，與現代人的閱讀習慣格格不入。有的典籍甚至還是沒有標點符號的古版，光是要破解程式的密碼，就浪費許多的時間。

還有一個缺失，是不管語錄、公案或詩偈，都是一再傳述，有的以訛傳訛，有的已距原文甚遠，加上傳述者的譯解不甚精確，不但無法使人明瞭，反而陷入了更深的迷霧。

基於這些原因，我在深心裡希望，關於禪門豐富的著述，應有一種年代翔實、傳述眞切、敍述

統一、編輯清明、譯解精確的好版本。其內容則應至少涵蓋公案、語錄、詩偈三種。如果仿《唐詩三百首》的編纂方法，各選最精要、美好、動人的三百篇，對於嚮往禪宗的現代人，不只可以做為工具書、床頭書，甚至可以隨身攜帶，不管到天涯海角、山林水湄，都可與禪師的心靈思想貼近而匯通。

這個心願埋藏在我的心裡許多年，但自己沒有時間和能力完成它。有一回和閔鵬兄聊天，忽然靈機一動：「坐在我眼前的不是最好的人選嗎？」於是，斗膽代衆生請命，懇求閔鵬兄來完成這個工作。萬萬沒想到，閔鵬兄答應了，使我感動了很久的時日。

我說閔鵬兄是不二人選，一來是因爲他浸淫佛學、禪宗甚久，對佛禪都有深入精妙的見解。二來是他受過現代學院的訓練，學養精湛，懂得做學問的方法。三來是他有長時間的編輯經驗，對編輯、版本有超凡的識見。

當然，最重要的是，閔鵬兄性情專注、擇善固執，能埋首於典籍做長時間的奮鬥。雖然拉他來做這麼龐大艱鉅的工作，有點於心難安，但只要對後來學禪的人有所助益，有時出賣老友，也只好在所不計了。

如今，經過兩年的奮鬥，閔鵬兄果然編出了《禪門公案三百則》《禪門語錄三百篇》《禪門詩偈

三百首》三部龐大而撼人的作品，完全符合了我多年前的心願。並且由於他的創發，比我們討論時還要完備清楚。有許多遺落在時間之河的精采內容，都由他掏沙揀金的找了出來，令人讀了感動不已。

如果說這一套書是目前講公案、語錄、詩偈最好的版本，實不爲過。讀這套書時，不僅爲閱鵬兄的用心努力感佩，也深覺這是衆生的福分，不只對已學者的查檢，對未學者的閱讀都有重大的貢獻。

現在成書在即，閱鵬兄找我爲這套書寫幾句話，我除了歡喜踴躍、讚歎作禮之外，實在不能置一詞。想到宇宙黯暗、人天長夜，禪門的風格與思想猶如夜空中的明星、人世裡的光照，不僅在古代可以啓發人心，在現代可以風月常新，一定也可以突破時空，爲未來人類的心靈做燈焰。

因此，這套書必有它永恆的價值。



自序

有一次在林清玄先生的書房品茗聊天時，他談到自己學佛的心路歷程，那是一次非常感人的經驗分享。由於他的心靈格外敏銳、細膩，所以在尋找人生的眞理時，他遇到的困難與挫折都比常人更刻骨銘心。潛入佛法大海，探擭最深處的智慧寶珠，哪裏是容易的事呢？都要落實在日常生活啊！如今由絢爛歸於平淡，快樂的活在當下，他的修行就是這麼簡簡單單了。

我們對禪都有高度的熱情，覺得在佛法森林裏，禪的花園是最美的。因爲禪直指人心，直截了當爲人點出生命的眞相。不像大部分的宗教，或多或少用美麗的謊言、善意的恐嚇來誘導衆生。

當然，我們深信「禪」並非「禪宗」獨有，佛門各宗各派都有，道家、儒家或者回教、基督教的高層教義也有。事實上，眞正體悟禪的人，禪是無處不在的。

正因「禪宗」破天荒將「禪」呈現出來，沒有愚民的儀式、盲目的信仰，在整部人類追求靈性進化的歷史上，散發出最純淨的光芒！開啓過一群成員最多的悟道者！

林清玄先生話鋒一轉，他說：「閱鵬，你會不會覺得如果我們以前有一套『禪門三寶』，就可以減少許多摸索的辛苦？」

我眼睛一亮，還以爲林清玄先生要開始談他的新計畫。

他說，他心目中的「禪門三寶」要擁有這些優點：

一、能夠網羅最重要的禪宗公案、語錄、詩偈。

二、能夠有畫龍點睛的白話翻譯。

三、能夠有深入淺出的詮釋，既有趣味，又能貼近現代人的生活。

四、能夠有完整的原文、資料出處。

五、能夠有方便易查的人名索引。

那麼，這樣的禪書，不但是入門者的最佳讀本，也是進階者的最佳工具書；是心靈苦悶者的一道清溪流泉，也是有心向上突破者的參考指南。

我聽了非常歡喜，這樣的構想眞是太好了，我也一直在期盼呢！

然後林清玄先生對我一笑，說：「閱鵬，我認爲你是最適合的人選，你來做吧！」

當時我一定是被他催眠了，居然迷迷糊糊答應了。或許是因爲與林清玄先生在一起的時候，感

染他的人格魅力，會覺得事情都很容易。現在回想起來，我應該裝聾作啞才對，因爲這一句話使我整整飽受折磨了兩年。如果一開始我就洞悉這套禪書工程之浩大、之艱難，我怎麼會自找苦吃呢？回憶起過去兩年，我全心全力投入禪門典籍的閱讀、蒐集、分類、整理，然後撰寫總共九百則的「白話新唱」、「分析與鑑賞」，其中的艱苦眞是一言難盡。甚至有好幾次想放棄不寫了，做別的容易事去！

但我還是堅持到底，不敢辜負林清玄先生的期望。

事實上，其中也有許多奇妙難言的喜悅，例如有時在圖書館，無意中讀到一則湮沒千年的精美禪詩，或者心領神會於一段少爲人知的禪者私語，那種身心煥然的快樂，果眞不是感官娛樂所能比擬。

有一個很奇妙的現象，就是在撰寫這幾本書時，我總感到我的意識狀態提升到另一個層面，那是一個擁有更理想的理智、情感、直覺與文字能力的我。通過漫長兩年的磨鍊，我感覺到內在產生了某些微妙的變化。

我以爲，這套禪書不是出自我的手，我只是不可思議的宇宙所揀選的媒介。否則，爲什麼常常在寫完後重讀時，我會感到這些文字是這麼美好，卻又是這麼陌生？

宇宙有一個龐大無匹的大計畫，就是一切人、一切生命的終極覺醒。宇宙以凡情難測的手段敦促衆生不停琢磨靈魂的光采。身在局中的人，不必爲眼前的幸福歡欣，不必爲飛來的橫禍愁苦。保持清醒，努力活在當下，就是呼應宇宙大計畫的最好方法。

我深信，這套禪書，正是大計畫的一環。

而每一位閱讀本書的人，都是「有意識的」邁向覺醒之路的靈魂伴侶。

林清玄先生在總序中，戲稱找我寫作這套禪書是「出賣朋友」，我想，一切都是最好的安排。如果不是他，我哪裏會有這麼好的修行機會？感謝他的「出賣」，想必這也是宇宙大計畫的一環。

前言

古人說：「尋常一樣窗前月，才有梅花便不同。」

同樣的，平凡的生活裏，有了「禪」的心情，就處處閃爍聖潔歡欣的光輝。

禪，就像一把來自天上的魔法棒，禪意所在的地方，立即化腐朽爲神奇。

詩，原來就是提升性靈的精緻文學；蘊涵了禪境的詩，更是雋永迷人。

禪詩是優美的，禪詩是有眞理訊息的，禪詩如實表達了禪師的心境。

禪詩，是一群超凡脫俗的人，以高等理智中心與高等情感中心鎔鑄出來的精品。許多時候，不可說的禪，在禪詩裏却以詩的語言說得明明白白。

可以這麼說，「禪門三寶」裏，這本書是最令我滿意的。

當「禪門三寶」還在構思階段時，《禪門詩偈三百首》本來是比較沒有把握的，雖然從小就喜歡吟詠詩詞，但我不是中文系出身的，缺乏聲律、詩學的專業素養，總覺得有點心虛。

後來與林清玄先生談到我的內在顧慮，他聽完後，看了我一眼，眼睛閃現有若嬰兒般天眞燦爛的神采，從容說：「相信我的眼光，你會做得很棒！」

他從書桌上，拿起我閱讀他的作品後精挑細選出來的一千句話，那是要做成筆記書的素材。他面露微笑，詼諧地說：「你知道嗎？我看了你選出來的摘句後，非常驚訝，想不到這些精采的話居然都是我寫的！」

我忍不住被他逗笑了。

然後他說：「我希望這套書就是你的觀點、你的風格，你就用你的感覺來選擇你會感動的、你覺得有意思的詩偈，不用擔心學院裏的專家學者會怎麼看待。這樣挑選出來的禪詩，才是大家都會喜歡的。」

聽了這段話，心中的罣礙立刻消失得無影無蹤。

所以，我就完成了這本我自己都歡喜的《禪門詩偈三百首》。

在寫作的順序上，從《禪門公案三百則》《禪門語錄三百篇》依序寫到這本《禪門詩偈三百首》時，我感到自己下筆時有種輕快的觸感，猶如行雲流水，在詮釋禪詩意境時，頗能左右逢源，信手拈來都是恰到好處的例子。

這個經驗使我確信：一旦心中了無罣礙，天下就沒有困難的事情了！

在體例上，三百首詩偈是依照作者的年代排序，作者不詳或生平不可考的，就放在最後。

一般來說，禪詩雖然意境高遠，却是非常可口的，讀起來令人心曠神怡。

有些禪詩的創意令人拍案叫絕！例如天童如淨的〈幹藏〉、酒仙遇賢的〈西方淨土，且無酒酤〉、橫川如珙的〈月自飛來到面前〉、靈谿昱的〈催眠秘方〉、雪峰信的〈頌佛成道〉……

有些大家都很熟悉的詩，像王維的〈終南別業〉〈辛夷塢〉，其實是有很深的禪意，能夠在這本書裏表達出來，令我感到很愉快。

有些禪詩則是在我搜索古籍時，意外發現的，精巧得使我心驚！一方面惋惜埋沒在舊紙堆中百千年，一方面却欣喜現在終於呈現在世人眼前了。

有些比較「硬」的禪詩，像洞山良价著名的〈五位君臣頌〉，我盡力解析成即使是缺乏哲學背景的讀者也能輕鬆明白，使我覺得很開心。

比較遺憾的是，我雖然費盡心力，尋找禪詩的原始出處，可是還是有幾首找不著，像百丈懷海的〈一任清風送白雲〉、圓至的〈開門匝地花〉，希望高明的先進有以教我，更增添這本書的完整。

現在正是三月天，翩然造訪的百武彗星發出璀璨的光芒，拖曳著修長明亮的彗髮畫過夜空。

據說百武彗星一萬八千年才會從太陽系外回來一次。

因此可以確定，我們這一生只有這麼一次見到她的機會了。也許，是在許多生裏只有這唯一的一次吧！

因爲是這麼希有難得，使我們在觀賞百武彗星時，更加珍惜。

這使我想到，不是每一個人都能遇見「禪」。

在我們的生命裏能邂逅一首禪詩也像百武彗星一樣難逢，何況是三百首？

所以我眞心希望，有緣閱讀這本書的朋友，都能尋回某種蟄伏在意識深處的神秘能力，打開心眼，看見這個世界原本就存在的美麗與眞實。

目錄

218 有聲爲到不平處 石溪心月 627

219 少室門庭冷似冰 石溪心月 630

220 坐享一身涼 宗瑩 633

221 山中景之一 釋英 635

222 山中景之二 釋英 637

223 怨春風 釋英 639

224 贈永中禪人 釋英 642

225 紅香滿徑撲人飛 圓至 644

226 開門匝地花 圓至 647

227 撒手須親到一遭 南石文琇 649

228 壁黏祖偈風吹落 南石文琇 652

229 鐵牛無力懶耕田 鐵牛持定 655

230 雲庵 高峰原妙 659

231 千金難買一身閒 中峰明本 662

232 尋山莫畏深 中峰明本 665

233 人生猶如幻中幻 中峰明本 667

234 眼前盡是家鄉路 中峰明本 670

235 黄葉任從流水去 石屋清珙 673

236 半窗松影半窗月 石屋清珙 677

237 山居吟 石屋清珙 679

238 大地山河一片雪 斷巖了義 682

239 鴿 斷巖了義 685

240 行看流水坐看雲 了庵清欲 688

241 同看孤雲自在飛 了庵清欲 691

242 閒到心閒始是閒 恕中無慍 694

243 百年壽命一彈指 恕中無慍 697

244 虛空迸出日輪紅 烏石世愚 700

245 頌風鈴 竹林海 703

246 言語從來賺殺人 天如惟則 706

247 直取驪龍頷下珠 月泉同新 709

248 殘紅逐水流 止翁 711

249 送無極道人禮寶陀 虛白慧昷 714

250 如此而已 正法雪光 716

201

未動舌頭文采露

石霜妙印

未動舌頭文采露，五千餘卷一時周，
若言待月重開卷，敢保驢年未徹頭。

《續指月錄》卷三頁七十七

【註】＊本詩原題名〈對月看經偈〉。
＊石霜妙印：六祖下十九世，嗣法於萬壽月林師觀。
＊驢年：十二生肖裏沒有驢，所以從鼠年到豬年都有，就是沒有驢年，禪師有時喜歡開玩笑說：「驢年悟得！」
意思是休想開悟。

【白話新唱】

在月光下看佛經

遊移的流雲遮蔽了月光
使我忽然想到
佛陀還沒開口說法時
佛經的文采已經顯露了
五千餘卷的大藏經
森羅萬象在一眨眼間就講完了
若有人說：等待月光重現再讀經吧！
唉！保證這個人永遠也別想開悟

【分析與鑑賞】

如果「佛經」是眞理的代名詞，那麼，五千多卷的佛教大藏經，想找出一本「佛經」是蠻難的。眞正的「佛經」，不在黃紙黑字上，而是一部無字天書，我們眼所見、耳所聽、心所思的一切，都是這部無字天書的內容之一。

禪師是具有閱讀這部無字天書能力的人，他們曾經寫下「簷頭雨滴，分明歷歷」、「多謝流鶯能助我，曉來枝上語千般」、「歸來偶把梅花嗅，春在枝頭已十分」這一類的文字，算是對無字天書的一二註解，可惜的是，這些註解看得懂的人就懂，看不懂的人還是摸不著邊。

學佛人倘若只以佛經爲重，而不去領悟這部無字天書，必然被佛經所困。

宇宙，多采多姿的森羅萬象，就是一本活的無字天書。

有智慧的人，寧可讀活的佛經，不讀死的佛經。

六祖慧能曾說：「諸佛妙理，非關文字。」倘若在文字堆裏打轉，就永遠看不懂無字天書，這也就是石霜妙印所說的「若言待月重開卷，敢保驢年未徹頭」的意思。

現代人已經很少能過完全不使用文字、思想的超原始生活了，即使是只過一天，也很困難。但我深信，若能體驗這樣的生活一天，就會爲生命帶來革命性的變化。

202

大道無門

無門慧開

大道無門，千差有路，
透得此關，乾坤獨步！

《無門關》，大正藏第四十八册頁二九二中

【註】*無門慧開（一一八三～一二六〇）：六祖下十九世，嗣法於萬壽月林師觀，有《無門慧開禪師語錄》二卷、《無門關》一卷行世。

【白話新唱】

進入眞理並沒有一扇固定的門
但是通往眞理却有許多千差萬別的路
如果能通過這無門關

就能獨步於宇宙中自由自在

【分析與鑑賞】

這是《無門關》一開頭的序裏面的頌。

「大道無門」，是一件很神秘的事，即使累積了幾千年的修行經驗，如今我們仍然無法肯定地對有心修行的人說：「你只要修這個法門，就一定會開悟。」最多，我們只能說：「如果你好好修這個法門，開悟的可能性是蠻高的。」否則，我們就有詐欺的嫌疑，因爲開悟是沒有方法的。

「千差有路」，是指可能讓人開悟的方法與道路有許許多多。例如，開悟並不是佛教獨有的，也不是禪宗的禁臠；印度教有悟道者，瑜伽行者有悟道者，基督教有悟道者，天主教有悟道者，回教有悟道者，道教有悟道者，無佛的時代也有無師自通的悟道者。再例如，同樣是開悟，每個人開悟的機緣也各有不同；有人是讀佛經開悟的，有人是聽到青蛙叫開悟的，有人是看到日出就開悟的，有人是雷鳴一聲就開悟的，有人是被師父一捏鼻子就在劇痛中開悟的，甚至有人是摔了一跤竟然也開悟了……。這麼多的開悟因緣，我們能說「因爲讀佛經，所以開悟」，或者「因爲摔跤，所以開悟」

嗎？當然不可以。

開悟的瞬間所發生的事情，只是引爆的導火線而已，重要的是當事者透過種種不同的方法而讓自己的身心到達一個臨界點，所謂「畫龍點睛，破壁飛騰」，只差最後那一「點睛」的小動作罷了。

一位好的禪師必須嫻熟修行的理論與技巧，好能有效率地幫助學生到達臨界點。然後，好的禪師還需要能夠掌握「點睛」的契機，適時補上臨門一脚，發揮奇襲的功效，幫助學生突破臨界點，一出手就能將佛送上西天去也。

參禪的人，倘若沒有這樣的明師來鞭策淬礪，就必須時時保有「自知之明」，督促自己「把自己準備好」。然後耐心地等待時節因緣的成熟，總有一天，必能「透得此關，乾坤獨步」！

203

了身何似了心休

無門慧開

了身何似了心休，了得心兮身不愁，
若也身心俱了了，神仙何必更封侯！

《無門關》，大正藏第四十八冊頁二九四上

【白話新唱】

修行如果將重點放在身體的解脫
不如著重心的解脫來得徹底究竟
只要心得解脫了就自然不必去爲身體擔心
如果還能更上一層樓
身心都解脫了

就是逍遙自在的神仙

更不必去在意什麼佛啦、菩薩啦這些毫無意義的頭銜、名分！

【分析與鑑賞】

這是《無門關》第九則的大通智勝佛公案的頌。《妙法蓮華經》的〈化城喻品〉說：「大通智勝佛，十劫坐道場，佛法不現前，不得成佛道。」爲什麼大通智勝佛不得成佛道呢？這段話成爲許多禪者的熱門話題。

在這段公案裏，有人問興陽清讓禪師這個問題，他回答說：「爲伊不成佛。」意思是，大通智勝佛只是專心修道，而沒有成佛的念頭，無求乃安！

這首詩，筆者以爲吳怡先生在《公案禪語》書中寫了一段極好的詮釋，故抄錄如下：

「這首詩的重點在於明心見性，如果我們能明心見性，則心身當處解脫，一切自在逍遙，這已是活佛的境界，還需要什麼佛的名號呢？

「在這裏所謂神仙是指自在的眞人，或本來面目。封侯雖然表面意義是指世俗的名位，實際上

暗喻一般人心目中的那個佛的名相。因爲有成佛的一念，已是把佛世俗化了，正像一般俗人把公侯將相當作一個值得顯耀、爲人豔羨的目標來追求。所以本則公案寫出了禪宗的一個基本態度，就是只重明心見性，而不向外求佛。」

依筆者之見，這首詩還另外有幾個含意。

其一是，修行的重點是在於心的品質，至於身體是住在都市或山林，並不重要。

其二是，身體是心的工具，當人生不可避免的死亡到來時，身體必然毀壞。所以，在必然毀壞的東西下太多功夫，就如同在沙灘上蓋城堡，終是徒勞無功。是故，禪宗一貫的宗旨，是心的解脫優先於身的解脫。

至於身心都解脫，應該是在心得解脫之後，才會遇到的更高層面的問題，此處不談，留待未來吧！

204

頌平常心是道

無門慧開

春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，
若無閒事掛心頭，便是人間好時節。

《無門關》，大正藏第四十八册頁二九五中

【白話新唱】

春天有百花盛放
秋天有皎潔的月亮
夏天的涼風格外清爽
冬天的雪景美麗又迷人
只要没有閒事掛在心上

無論什麼時候
都是人間好時節

【分析與鑑賞】

平常心是道，最早是馬祖道一提出來的。從南泉普願傳到趙州從諗手上，更是發揚光大，成爲他獨特的宗風。所以學人向趙州從諗問道時，他常常就順手從眼前的平常事物拈來回答，舉幾個著名的例子：

其一，僧問：「學人迷昧，乞師指示。」趙州云：「喫粥也未？」僧云：「喫粥也。」趙州云：「洗鉢去！」其僧忽然省悟。

其二，僧問：「萬法歸一，一歸何所？」趙州云：「老僧在青州，作得一領布衫重七斤。」

其他像喫茶去、鎮州大蘿蔔頭，都是膾炙人口的禪語。

平常心，是指眼前之境就是眞心的顯現，當下就是眞理，不需到遙遠的地方追求。

這首偈子，表達了「平常心是道」的境界。若無閒事掛心頭，一年四季各種不同的天氣都各有

各的好，全是佛性千變萬化的遊戲，悟道者一概笑納之。

難是難在，「若無閒事掛心頭」不是口頭說說即得，而是必須痛下功夫，才能到達的境地。無門慧開評道：「趙州縱饒悟去，更參三十年始得。」雖然趙州從諗明白「平常心是道」，却也花了三十年的實踐功夫，才達到知行合一、理事圓融的境界！

205 口縫才開

無門慧開

急流垂釣，食餌者衆，
口縫才開，性命喪却！

《無門關》，大正藏第四十八册頁二九七下

【白話新唱】

在水流湍急之處垂釣
吃餌的魚兒許許多多
可憐！才一打開嘴巴
就喪失了性命！

【分析與鑑賞】

禪是不可說的，說則不中！無門慧開藉著魚兒索餌來比喻參禪人不要隨便開口談玄論妙，以免喪失了慧命。參禪人的毛病常常是說得太多，體驗得太少……

世界上有很多事情都可以分析得淸楚，但是有些眞理，最根本的眞理，是無法透過討論就使人明白的，要體驗眞理的最好方法就是直接去體驗。

忘記是誰說過的話了：「眞理，這兩個字已經被很多人塗抹了很多難聞的味道和刺目的顏色，已經不是原來的意思了。連我都開始覺得它長得非常醜怪，令人厭惡至極。我常想，如果所有的人都將這兩個字從字典裏刪除，那就是世界和平露出曙光的時候了。」

206

未舉步時先已到

無門慧開

未舉步時先已到，未動舌時先說了，
直饒著著在機先，更須知有向上竅！

《無門關》，大正藏第四十八冊頁二九九上

【白話新唱】

腳還沒踏出去時人就已經到了
舌頭還沒動時話就已經說完了
即使像這樣著著占盡機先
也必須知道猶有向上一路的竅門

【分析與鑑賞】

這是《無門關》最後一則公案「乾峰一路」的頌。

有僧人問乾峰和尚：「十方薄伽梵，一路涅槃門，未審路頭在什麼處？」

乾峰和尚拈起拄杖在地上畫一畫，說：「在這裏。」

後來這僧人又去請問雲門文偃，雲門拈起扇子說：「扇子踍跳三十三天，築著帝釋鼻孔，東海鯉魚打一棒，雨似傾盆。」

僧人的問題，意思是十方的佛陀最後都走入涅槃之門，但不知通往涅槃的路怎麼走？乾峰和尚的就地一畫，是直截了當的回答。寓意著當下即是涅槃，什麼路也不必走，凡是路都是障礙。

雲門的踍跳到三十三天的扇子，是要打破我們對扇子的慣性思考，顛覆我們的二元對立的認知模式，不要把完整的世界分割成碎片。他所要表達的也與乾峰和尚一樣，涅槃就在眼前，不要把世界分割成涅槃與非涅槃的兩部分。

兩位禪師的妙答，無門慧開評道：一人是深深海底行，一人是高高山頂立。所以，兩位禪師回

答得太高明了，想必僧人仍然是一霧水，他可能會覺得這兩位禪師還是沒有把路給指出來。而這正是禪師的慈悲之處了，畢竟，路還是得自己去走出來。

這個偈頌，也是饒富玄機，何謂「未舉步時先已到，未動舌時先說了」？在你還未起步修行時你已在涅槃中，在你還沒開口時涅槃的訊息早已彌漫天地。

何謂「直饒著著在機先，更須知有向上竅」？

由於本公案是《無門關》的最後一則，此偈頌是最後的話了，所以，我們可以這麼詮釋它：看了《無門關》精采的公案精華之後，即使明白了「未舉步時先已到，未動舌時先說了」的道理，也能在表達上應對如流，然而，「參須眞參，悟須實悟」，我們還是必須知道，猶有向上一路的眞正的開悟，不是機警敏銳就行了。

207 石榴

谷源源道

一種靈根傍石栽，開花結子絕安排，
珠璣滿腹無人知，直待通紅口自開。

《禪宗離毒海》卷五，卍續藏第一一四冊頁一六三上

【註】＊谷源源道：六祖下二十世，嗣法於靈隱松源崇嶽。

【白話新唱】

石榴栽種在石頭旁
沒有人替她生涯規畫
自自然然地開花結果
她的果實內珠璣滿腹却無人知曉

直到石榴子顆顆通紅
果殼就自動裂開
露出她紅寶石般的生命結晶

【分析與鑑賞】

石榴的果實內，長滿了纍纍子實，每一顆都通紅晶瑩，好像一堆上等紅寶石，散發著溫潤流轉的寶紅光澤。

當我還是單身貴族時，記得有一次與女友同遊梨山，梨山出產鮮美的蘋果、水梨，還有碩大的紅石榴。

當時，我們買了幾顆石榴，有拳頭大，撥開厚殼之後，露出一堆圓滾滾的紅寶石，我有點看呆了，眞是美！

我們坐在梨山的公路旁，於梨山格外潔藍的天空下，一邊賞玩優美的山景，一邊仔細地將石榴子一顆顆送入口中品嘗。她的味道，酸中有甜，甜中有酸，現在回想起來，那不正是愛情的滋味嗎？

谷源源道這首〈石榴詩〉，顯然也注意到了石榴子驚人的美，所以用「珠璣滿腹」來形容她。

這首詩，當然是另有所指了。

石榴，「開花結子絕安排」，如果要人安排才能開花結子，就不是「一種靈根」了！

其實，一切都不是人力所能安排的，即使許多人們自認是自己安排的事，人力的安排又哪裏是事情發生的源頭呢？

事物總是自己發生。

「珠璣滿腹無人識，直待通紅口自開」，比喻參禪人的努力精進是在人們看不見的內在用功，直到功行圓滿，打通了走向佛性的路口，整個人於焉脫胎換骨！

尚未紅熟而裂開的石榴果，她的內在仍是滿腹珠璣；尚未見性開悟的人，他的內在仍是光照萬里的佛性。

208

好鳥關關知我意

大歇仲謙

午窗定起晝沈沈，觸目虛擬一片心，
好鳥關關知我意，盡情啼破綠楊陰。

《禪宗雜毒海》卷四，卍續藏第一一四冊頁一四七上

【註】＊本詩原題名〈海山寄興〉。
＊大歇仲謙（一一七四～一二四四）：六祖下二十世，嗣法於松源崇嶽。

【白話新唱】

下午時分從定中回到現實
窗外世界無比安靜
我清楚知道

眼睛所看到的一切都是心靈虛擬而成……
這時，忽然傳來鳥兒悅耳的啼聲
啊！鳥兒也贊成我的看法
她在綠樹涼蔭裏
歡喜暢快地高歌
一切都是心靈虛擬而成……

【分析與鑑賞】

世界上的一切是心靈虛擬而成，並不是表示世界是虛假而無意義的，只是要提醒沈迷其中的人不要太執著，學習以更超然的立場來看待世界——如此，才能從世界上學習更多。

大師與弟子曾如下對話：

「明心見性帶給你什麼好處？」

「喜悅無比。」

「爲什麼喜悅無比？」

「就是當你失去一切時，仍然非常淸楚：你所失去的只不過是玩具而已。」

209 人傳師死已多時

萬壽辯

人傳師死已多時，我獨躊躇未決疑，
既是巢空雲又散，春深猶有子規啼。

《續指月錄》卷五頁九十八

【註】＊萬壽辯：六祖下二十一世，嗣法於雲巢巖。

【白話新唱】

師父，人們說您已死去多時
但我仍然十分懷疑：您眞的死了嗎？
就好像鳥巢空了、雲霧也散去了
然而我們依然在春天裏

聽見從森林深處傳來杜鵑鳥的啼叫

【分析與鑑賞】

這首詩是萬壽辯悼念他的師父雲巢巖禪師所寫的，沒有悲情，唯有智慧的觀照。

一開始，「人傳師死已多時，我獨躊躇未決疑」，就點出了禪者對死亡的看法與常人不同。因爲禪者不從生與死的二分法來看待生命，那是很表面的，禪者看到的是在如如不動的佛性中，生與死的大一統的境界。

所以，他將師父的名號嵌入「既是巢空雲又散」，以巢空雲散，來代表一般人對死亡的想法：死後就什麼也沒了。

然後，他進一步提出禪者的洞見：「春深猶有子規啼」，在物質世界的肉體雖然死了，佛性卻依然，不因肉體的死而有所減損。就如同棲息在森林深處的杜鵑鳥，人們看不見，就不知道有牠的存在，直到牠的啼聲被人們聽見了，人們才能推論出：「嗯！既然有鳥聲，就表示林裏有鳥。」

看不到，並不代表不存在；同樣的，在生之前，人們尚且看不見佛性，更何況在死之後呢。

在禪者的心中，十方諸佛，一切眾生，都在同一佛性，從無相聚也無分離。佛與眾生無別，生與死無別，迷與悟無別，只是凡人被分別心耍得團團轉罷了！

210 月自飛來到面前

橫川如珙

月在水中撈不上，徒勞戳碎水中天，
夜深山寺開門睡，月自飛來到面前。

《禪宗雜毒海》卷七，卍續藏第一一四冊頁一八八上

【註】＊橫川如珙（一二二二～一二八九）：六祖下二十一世，嗣法於天童禮。

【白話新唱】

眼睛看到月亮漂浮在水面上
可是怎麼撈也撈不上
不但徒勞無功，還把水上的月亮戳碎了！
多事的僧人睡了

深夜裏山寺的門無須關上
月光却不請自來
灑在面前
滿地銀光
美極了

【分析與鑑賞】

這首詩文字樸素，却營造出迷人的光影效果，讀者不妨想像那水中月被好事者一撈，皎潔的水中月碎成千萬微光，在水面上波動、蕩漾……，寂靜的深山中，月光灑在古寺庭院，蟲聲唧唧，銀白的月光是夜裏唯一的顏色……

魚兒毋須去尋找水，牠已在水中；鳥兒毋須去尋找空氣，牠已在空氣裏；小孩不必去追月亮，月亮自己會跟著他走；人不必去追求佛性，人早已在諸佛性海中。

當人刻意去追求佛性時，過來人都笑稱：「眞是頭上安頭、騎馬找馬、戴著眼鏡找眼鏡！」

當學佛人發願要「佛道無上誓願成時」，諸佛幾乎忍不住偷笑：「我們都知道你就是佛了，竟然只有你自己不知道。」

不必撈月，月光不請自來！不必撈月，水中月只是美麗的幻相！不必撈月，越撈越看不清月亮的模樣！

雖然不必撈月，但何妨仰頭觀天上月的清亮，也低頭從容欣賞水中月的變幻風姿呢？

在過來人眼中，眞實與現實，一樣美麗。

211 石頭大小盡黃金

楚石梵琦

最難知是結交心，鐵壁銀山百萬尋，
生死兩歧俱識破，石頭大小盡黃金。

《楚石梵琦禪師語錄》卷十九，卍續藏第一二四冊頁二八三下

【註】＊本詩原題名〈友巖〉。
＊楚石梵琦（一二九六～一三七〇）：六祖下二十一世，嗣法於元叟行端，有《楚石梵琦禪師語錄》二十卷行世。

【白話新唱】
最難結交的朋友是自己的心
想要發現心的眞面目

就好像面對鐵壁銀山一般難以鑽透
直到歷經百萬次的嘗試
終於勘破生與死這兩者都是幻相
佛性，普遍於一切
平常不值一文的大石頭小石頭
都是珍貴的佛性的顯現

【分析與鑑賞】

童話裏，有一根金手指，點到什麼東西都會立刻變成黃金。傳說中，有些異人懂得「點石成金術」，只要咒語一念，不值錢的鉛塊就變成亮晶晶的金塊。

點石成金，是一個十分美麗的象徵。

開悟之前，不能看見事物的本質，迷惑於表相，所以把石頭當石頭看。

開悟之後，知道萬事萬物皆是佛性的顯現，凡夫與諸佛同一體性，石頭與黃金一樣珍貴，從一

朵花看到天堂，在一粒沙中見到上帝。

開悟，才是真正的「點石成金術」。

附記：

我曾聽說一個關於黃金的故事……

異人來到村落，接受村民熱情款待後，他回贈村長一只陶碗。

村長看著貌不驚人的陶碗，問異人：「這是什麼？」異人沒說話，他拿起陶碗，閉上眼睛，三十秒後，他掀開碗蓋，村民們眼睛一亮！碗裏竟然盛滿黃澄澄的金子。

異人說：「這是一個魔碗，只要任何人能夠拿著它，三十秒內，內心完全沒有一個念頭想到黃金，那麼，你就會擁有一碗黃金。」

說完，異人飄然遠去。

村長迫不急待，將魔碗抱在手上，一閉上眼睛，腦海全是黃金，三十秒後，掀開碗蓋，空空如也！

於是，村民們輪流嘗試它，但是，幾千年來，都沒有人得到黃金……

212

未動舌頭俱吐露

楚石梵琦

從來佛祖碎玄關，萬論千經下口難，
未動舌頭俱吐露，白蓮峰月照人寒。

《楚石梵琦禪師語錄》卷十九，卍續藏第一二四冊頁二八三下

【註】＊本詩原題名〈送遂藏主歸靈隱〉。
＊玄關：通往眞理的關卡，碎玄關是指打破關卡，契入眞理。

【白話新唱】

從古以來
佛陀與禪門祖師都是打碎玄關開悟去也！
千千萬萬的佛經與論著

若要開口去解釋它們反而困難
因爲大道不在言也！
然而這個世界未動舌頭早已吐露眞理的訊息
在寒冷的白蓮峰上
月光無私地灑在人身上

【分析與鑑賞】

雖然說「萬論千經下口難」，其實，禪師的口才幾乎都好得不得了，若眞要開口說法，絕對是語如長江，滔滔不絕！

但是，禪師往往寧可被誤解、被毆打，也不肯多說一字！他們不希望未悟的人迷失在語言的迷宮裏，本空禪師甚至曾說：「若指示你，我即迷源。」

可是，從另一方面來說，禪師又覺得，森羅萬象早已盡情都說了，自己何必多言？

所以，禪師常常避免直接說法，而寧可用巧妙的手法幫助學人自己去領悟。

有一次，湛然圓澄禪師到寶林寺去，那兒正在宣講《妙法蓮華經》，僧人看到他來了，就很熱情地邀請他來講《金剛經》，湛然圓澄說：「你們已經有《妙法蓮華經》了，我幹嘛還講《金剛經》呢？」但是僧衆再三邀請，他實在是推辭不了，就說：「好，好！大家讓開，我要講《金剛經》了！」

然後，他就地翻了一個筋斗！

如此，就講完《金剛經》了！

「未動舌頭俱吐露，白蓮峰月照人寒」，這是悟道者的眼中看出去的世界，處處皆是眞理，從未隱藏過。那山峰，那月光，那寒冷，都是道的顯露。

213 用巧人多用拙稀

楚石梵琦

用巧人多用拙稀，心如木石太無知，
就中自有分明處，懵懂原來不是癡。

《楚石梵琦禪師語錄》卷十九，卍續藏第一二四冊頁二八四上

【註】本詩原題名〈大愚〉。

【白話新唱】

很多人運用看起來很巧的聰明
然而，很少人擁有看起來很拙的大智慧
拙，並不是像木石一樣，那太無知了！
而是深深明白一切事物皆來自相同的根源

却又清楚萬事萬物的差別

因爲看得透徹，所以心無罣礙

因爲無所計較，所以看似懵懂

但這種大智若愚的懵懂可不是愚癡喔！

【分析與鑑賞】

小孩的天眞，令人愛憐，我們彷彿在他身上看見了上帝的縮影。老人的天眞，使人敬佩，因爲歷經滄桑後的天眞，宛如黑炭在地底被高溫高壓錘鍊成堅硬、晶瑩的鑽石，乃是生命體驗的精華。

「懵懂原來不是癡」，這句話蘊涵了悟道者的甚深體驗與中國人特有的處世哲學。《菜根譚後集》有句話說：「飽諳世味，一任翻雲覆雨，總慵開眼；會盡人情，隨教呼牛呼馬，只是點頭。」

這種「總慵開眼、只是點頭」的表面行爲，如果沒有「諸法畢竟空」的內在體驗爲基礎，必然成爲顢頇、懦弱、畏懼、怕事的合理化藉口。

世間的好壞、善惡，沒有定相，世人眼中該下地獄的大惡之人，也許在佛陀眼中是能爲甚難之事的大菩薩！

老人的天眞就是不輕易對事情下判斷，恆以溫厚寬柔對待。老子的名言：「禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。孰知其極，其無正。正復爲奇，善復爲妖。」正因爲看得太清楚了，深深知道宇宙之中無得也無失，所以才沒什麼好計較，這是「睜一隻眼，閉一隻眼」的最高境界。

214 有形有相落凡塵

楚石梵琦

有形有相落凡塵，無相無形未是眞，
不在範圍天地内，數聲清磬一閒人。

《楚石梵琦禪師語錄》卷十九，卍續藏第一二四册頁二八五下

【註】＊本詩原題名〈象外〉。

【白話新唱】

心中存有形體、色相的概念的人
必然輪迴於塵世
心中没有形體、色相的概念的人
也未必領悟大道

眞正的悟道者超越有無的兩種極端
他的心不在天地範圍之內
他的生活却也不妨
在清磬聲裏做個無事無煩惱的閒人

【分析與鑑賞】

人往往爲了脫離一個極端，却走向另一個極端。例如，愛一個人愛到了極點，却不能結成連理，於是轉而恨之恨到了極點！站在旁觀者的立場，只能說：「何苦如此呢？」

就修行來說，修行人常爲了排除對「有」的執著，復又陷入對「無」的渴求，這就像關閉了前門拒狼，却又大開後門迎虎，更糟糕！

有與無，其實是源自人類根深蒂固的二分法的思考模式。二分法，是人類的基本思考方式，也潛藏著一切人類衝突的禍種。

例如，把人分爲男人與女人，就造成兩性的對立。把人分爲臺灣人、外省人，就造成族群的對立。把人分爲中國人、外國人，就造成國家對立。

眞實的世界是複雜而又融合的一體，但是，二分法却把世界切割成無數對立的碎片。最根本的，當人把「我」從世界分離出來，其他的變成了「我之外的」，就開始了每一個人痛苦的一生。

大自然的一草一花一石一木，大概也常常歎著氣說：「人呀！何苦如此呢？」

215 一路通時路路通

楚石梵琦

一路通時路路通，誰分南北與西東？
春風不管鄉談別，到處桃紅似舊紅。

《楚石梵琦禪師語錄》卷十九，卍續藏第一二四冊頁二八一下

【註】＊本詩原題名〈有僧下九十七轉語，末後云：設使將來，他亦不變。頌云：〉

【白話新唱】

只要一條路走通了
你就會發現每一條路都能通
已經體悟大道的人
哪裏還會再去分別「道」是在東西還是南北呢？

就像春風才不理會每一個地方的鄉音有什麼差別
到處吹拂得桃花紅豔豔地盛放一如往年

【分析與鑑賞】

「一路通時路路通，誰分南北與西東」，是指悟道之後，驀然發現大道原來無所不在，這時候，想找到一個沒有「道」的地方反而困難極了。

「春風不管鄉談別，到處桃紅似舊紅」，則是以美麗的文學語言來描繪「處處是道」。大道既然流行天下，當然不會因爲人們的思想、語言有所差異，就對人們差別待遇。人可以有私心，但是大道不能有私心，大道一有私心，宇宙立刻崩潰瓦解了。

「一路通時路路通」，這七個字令人聯想到，種種跡象顯示，當修行人的意識調整到極深極深的頻道時，可以接通容納古往今來所有智慧的宇宙意識，此人將具有無所不知的異能。

從大乘佛教的觀點，我們不妨將達到這個境界的人稱爲「佛」。

佛，離我們不遠。事實上，人人都已具有佛的本質，只是被故意地遮蔽起來，因爲如果我們現

在立刻成佛，就會失去以人的身分所能學習到的寶貴的功課。

當下的一切，就是最美好的。請珍惜眼前之境，無論吉凶禍福，都是獨一無二的「好」！

216

萬事不相干

楚石梵琦

山水隨緣好，乾坤日夕寬，
偶然成一偈，萬事不相干。

出處不詳

【白話新唱】

在有山有水的地方
隨緣度日
眞是好
心情輕鬆
就覺得天地格外開闊

偶然靈感浮現
就隨手寫成一偈
眞是逍遙自在
萬事與我不相干

【分析與鑑賞】

這首詩詠歎閒居林野的樂趣，再加上悟道者無憂無慮的心境，的確是令人嚮往。離群索居的人，「萬事不相干」是應有的心理品質；然而，生活在人群社會中的人，更需要「萬事不相干」的內在修爲。

現代的修行人，理當以出世的心情，過入世的生活，一脚踩在天上，另一脚踩在人間，取得眞實與現實之間的平衡。

日本的宗演禪師曾說：「我心熱如火，眼冷如灰。」不妨解釋爲：雖然熱情地參與世間的運作，却有一顆如如不動的心，但覺萬事不相干！

最近看到一則消息，令人感觸良多。

一九七九年榮獲諾貝爾和平獎的德蕾莎修女，是二十世紀末最有力的聖人形象，她的刻苦自勵和無私忘我，被許多人視爲這個物質主義和憤世嫉俗社會的一個鼓舞人心的力量。

然而，英國第四商業頻道電視臺一九九四年十一月八日播出「地獄的天使：德蕾莎修女」的記錄片，說這位被許多人視爲活聖人的女人，只不過是庸俗的媒體宣傳造勢和中古世紀迷信結合下的產物罷了。

擁護德蕾莎修女的人說：「當我看到她的時候，我哭了，我並不是一個容易動感情的人。她擁有一種不凡的聖人氣質，批評她的人根本搆不著她的一個脚趾頭。」

反對德蕾莎修女的人說：「德蕾莎修女是我們所沾沾自喜的炫人耳目慈悲行爲的縮影……，世界上沒有什麼比這個更令我痛恨的了。」

事情的眞相如何，目前是難以斷定的。活在人群中的人，都難免成爲別人的話題，名氣越大就成爲越多人茶餘飯後的消遣素材，唯有具備「萬事不相干」的心境，才能徹底擺脫「人言可畏」的心理負擔。

217 全體承當全體是

石溪心月

自家冷暖自家知，祖意西來更問誰？
全體承當全體是，須彌頂上戴須彌。

《續指月錄》卷五頁一〇〇

【註】＊石溪心月（？～一二五四）：六祖下二十一世，嗣法於掩室善開，有《石溪心月禪師語錄》三卷、《石溪心月禪師雜錄》一卷行世。

【白話新唱】

自己的感覺是冷是熱只有自己知道
達摩祖師西來的旨意問自己就行了，何必問別人？
如果能當下承當：沒錯，大道就在眼前！

那麼眼之所見、耳之所聞

全是大道的顯露

再無疑惑

否則，你就像是站在須彌山的頂上卻在尋找須彌山一樣荒謬！

【分析與鑑賞】

從前，芙蓉靈訓去參訪歸宗智常時，問說：「如何才能成佛？」

歸宗智常反問說：「如果我告訴你，你會相信嗎？」

芙蓉靈訓說：「和尚說的話，我怎會不信？」

歸宗智常於是說：「你就是佛！」

芙蓉靈訓一聽，立刻開悟！

這個事蹟，就是典型的「全體承當全體是」。

接受「人本是佛」的事實，即是最偉大的承當。

相反的，人就是佛，却妄想著：「如何才能成佛？」這就是荒謬的「須彌頂上戴須彌」，也是祖師常說的「騎牛更覓牛」。

是以，石溪心月說：「自家冷暖自家知，祖意西來更問誰？」意思是，既然自己的內心已是佛性具足，那麼，祖師西來意就在自己的心中，何必去問別人呢？

218

有聲爲到不平處

石溪心月

咫尺曹源有路通，游魚何事自迷蹤？
有聲爲到不平處，一點塵泥斷不容。

《石溪心月禪師語錄》卷下，卍續藏第一二三冊頁一二五中

【註】本詩原題名〈清溪〉。

【白話新唱】

這條清澈的溪水距離曹溪這麼近
明明有路能通
爲什麼水裏的游魚却自己迷失了方向呢？
溪水潺潺是因爲流到了不平之處

修行人想到達心無罣礙的境界

是連一點兒執著也容不下的

【分析與鑑賞】

「咫尺曹源有路通」指的是，人人與自己的佛性距離是這麼近，可是我們却不能看到，這樣的處境就宛如「游魚何事自迷蹤」。

許多近在眼前的事情，往往最後才被發現。

有一位朋友是計程車司機，他的鼻子很敏感，有一點兒灰塵就會使他不停地打噴嚏，所以他在車上使用衛生紙的次數很頻繁。而衛生紙盒從他一開始開車以來，就一直放在後座之後的平臺上，每一次拿衛生紙時，都要費點功夫，但他習慣了，也不以爲意。

直到有一次，一位乘客問他：「司機先生，你爲什麼不把衛生紙放在儀表板旁邊呢？」

他當時好像被雷打到一樣，全身一震！「天啊！爲什麼這麼簡單的事情，幾年來，我竟然都沒有想到？」

所有的悟道者在開悟之後，都說：「天啊！道是這麼簡單，就在眼前，爲什麼這麼多年來，我居然視而不見？」

「有聲爲到不平處」是一句令人激賞的話，人們有那麼多煩惱是因爲有執著，執著即是人心不平處。

水流一旦來到開闊處，就沒有那些喧嚷的吼聲了。同樣的，當人到了心無罣礙之地，也不再有多餘的情緒了。

219 少室門庭冷似冰

石溪心月

少室門庭冷似冰，可師曾此一沈吟，
夜闌各自知寒冷，莫待齊腰三尺深。

《石溪心月禪師語錄》卷下，卍續藏第一二三冊頁一二八下

【註】*本詩原題名〈立雪方丈〉。
*少室：地名，少林寺在此，也是當年達摩祖師面壁的地方。
*可師：即禪宗二祖慧可。

【白話新唱】

達摩祖師的門庭冷似冰
二祖慧可曾在這裏沈吟再三

夜深時每個人要各自感覺到刺骨的寒冷
不要等到雪深齊腰三尺時
才後知後覺冷

【分析與鑑賞】

當年，二祖慧可去求見達摩時，在大雪之夜站立終宵，黎明時，積雪過膝。於是，達摩感動了，知道他眞的是有心向道的人，這才接見他。再來，就發生了著名的斷臂求法的故事了。

「少室門庭冷似冰」，不但形容當年二祖慧可等待達摩接引的寒冷之夜，也點出成爲達摩的門徒是一件不容易的事情，沒有火熱的道心是耐不住嚴厲考驗的。

「夜闌各自知寒冷，莫待齊腰三尺深」，這話的含意就深了，石溪心月其實是以悟道者的心情重新詮釋了二祖求法的內涵。

夜闌各自知寒冷，表明了人人皆有能知冷暖的能力，這能知冷暖正是佛性的作用，利根的人一體悟到：「咦！我能感覺冷暖吔！」就應該馬上大悟：「啊！原來佛性是這麼親切，如此與我朝夕

不離！」

是以，從此觀點來看，二祖慧可在雪中苦等一夜，却沒有領悟這一點，實在是可惜了！

然而，從實際的修行歷程來說，天下事就是這樣，也許在過來人心眼中是這麼簡單的事情，新鮮人仍然必須親自走一遭才能「痛悟」，否則怎能成爲過來人呢？

二祖慧可立雪終宵、斷臂求法的事蹟，猶如暗夜明星，鼓舞修行路上的新鮮人勇往直前。

220 坐享一身涼

宗瑩

苔蘚連崖碧，幽蘭滿澗香，
雲生山下路，坐享一身涼。

出處不詳

【註】＊宗瑩：元代僧，字仲默，吳人，能繪蘭竹奇石，士林仰之。

【白話新唱】

碧綠的苔蘚鋪滿山崖
不知何處傳來幽蘭香氣溢滿山澗
啊！世界美極了！
坐在高高山頂上

雲霧從山下小徑生起
我喜悅地享受通身清涼

【分析與鑑賞】

如果是山水詩，這詩已傳達了幽靜、美妙、清涼的意象。在夏天朗誦它，效果不亞於一部冷氣機。

如果是禪詩，這詩又有一番情趣。

苔蘚的綠，幽蘭的香，都是自然佛非語言的大轉法輪，宗瑩句句都聽在心裏了。

坐在意識的峰頂，俯瞰低層意識的煩惱雲霧生起又散滅，十分綺麗的風光，畢竟與己無關，大可從容欣賞，享受高峰特有的清涼氣溫，多麼愜意呀！

這意識的峰頂，即是高層意識、超意識，悟道者的自我意識提升至此，觀察世界萬象時已沒有自我感，才可以坐享一身涼。

221

山中景之一

釋英

半啓柴扉曉，東風昨夜狂，
樹頭花落盡，滿地白雲香。

《白雲集》卷二頁九下 禪門逸書初編第六冊

【註】＊釋英：元代僧，師承不明，俗姓厲，著《白雲集》三卷，收錄一百五十首詩。

【白話新唱】

昨夜東風狂吹
早晨起來木門已吹開一半
樹上的花兒都落盡了
白雲鋪滿大地

傳出陣陣香氣
落在地上的花兒
仍然在看不見的雲霧裏默默奉獻香氣

【分析與鑑賞】

「滿地白雲香」是本詩的奇句。

樹上落下的花瓣，隱身於雲霧遮掩的地上，人們若經過這裏，一定會奇怪，爲什麼樹梢空無一物，空氣中却有花蕊的幽香呢？

這個意象似乎暗喻著，佛性是看不見的，可是人們的一舉一動，一思一念，又依稀透露佛性的消息。

宇宙的秘密，總是留下一絲線索，好讓追尋的人有跡可循。

啊！

我在夜晚仰視天上繁星，每一點微細的星光，莫不在述說諸佛的行蹤。

222

山中景之二

釋英

六月山深處，松風冷襲衣，
遙知城市裏，撲面火塵飛。

《白雲集》卷二頁九下，禪門逸書初編第六冊

【白話新唱】

六月正是熱暑季節
深山內松風沁涼透衣
於是我心上浮起悲憫
在那紅塵滾滾的城市
熱呼呼的火氣正撲向人們

容顏，逐漸老去

【分析與鑑賞】

打開慧眼，見到了諸法實相的人，內心宛如琉璃一般透明晶瑩，又似山間松風清涼。這種透明清涼，是慧眼被塵垢障蔽的人難以體會的。

人的慈悲心只有在體驗了眞正清涼以後，比對猶在撲面火塵的人們，才會眞正流露出來，衷心希望他們也能像自己一樣走入清涼地。

只不過，人們往往以撲面火塵爲樂，對於從清涼地傳來的召喚聲，左耳進右耳出，大概總要等到生命一記重重的錘擊打下來，才發現自己原來是一隻耽溺於糞坑內頭出頭沒的蛆蟲。

223

怨春風

釋英

正月梅花落，二月桃花紅，
榮枯元有數，不必怨春風。

《白雲集》卷一頁五下，禪門逸書初編第六冊

【白話新唱】

正月時候梅花凋落
二月時候桃花盛紅
該盛放就盛放
該枯萎就枯萎
事物的成敗與衰都有冥冥中的軌跡

並不是春風吹得梅花落
與春風無關
不必怨春風

【分析與鑑賞】

梅花凋落，不必怨春風；桃花盛紅，也不必喜春風。

一切都是無我最好的安排。

我漸漸相信，生活中微小的事，人們或許還能自己決定方向，生命中的大事，則幾乎是逃不過「榮枯元有數」。冥冥之中，人們會照著業力的軌跡隨業風飄去。甚至一個人能否開悟、成道，也似乎不是主觀意志能夠決定的。高喊著：「我一定要七天內開悟！」其實是巨大的我執在作祟！倘若七日之內，眞的打破無始無明，親見本來眞面目，也並非肇因於這個誓願，而是許許多多意識心不能理解的總合之力。

就像桃花紅了不必喜春風一樣，一個人開悟成道也不能全然歸因於自我的積極修行，而是宇宙

的恩賜吧！

人們所能做的，就是做他該做的。有一天，也許是某一輩子，恩賜的果實成熟了，開悟就突然誕生了。

同樣的，此生不能開悟證果也無須惶惶然如喪家犬，不知如何生存於三界了！事情也沒那麼嚴重，凡是踏實認眞的人，恩賜的果實頂多來得晚一點，絕不會不來。

宇宙的時間觀與人的時間觀是不一樣的。有時候，人們必須特別提醒自己，生命是無限悠長，與天地同壽的，所以，耐心是修道人的基本美德。

一件事情的成與敗，都是由複雜的因緣組合的，太快歸因於某一個原因，往往是急於找答案的理智想投機取巧或偷懶，不是視野寬廣的人所爲。

224

贈永中禪人

釋英

之子兩峰來，問我西祖意，
欲答還無言，風吹花落地。

《白雲集》卷三頁十三上，禪門逸書初編第六冊

【白話新唱】

永中禪人從遙遠的地方來
問我
什麼是達摩祖師西來意？
我想回答却無話可說
可巧

風吹花落地，
宇宙却替我都說盡了
不知你可知曉？

【分析與鑑賞】

有一回，玄沙師備走上法堂，正準備說法時，忽然聽見戶外燕子的啼聲。他有感而發，說：「深談實相，善說法要。」意思是：燕子啊！你們已經用最美妙的聲音說出宇宙最深的奧妙，我何必多言呢？

然後玄沙師備就走下法堂了！

說法完畢。

如果燕子深談實相，善說法要，如果風吹花落地回答了祖師西來意，那麼有什麼聲音不是眞理的訊息呢？

225

紅香滿徑撲人飛

圓至

芳塘雨霽綠初肥，折得青條串露歸，
一樹殘花喧鬥雀，紅香滿徑撲人飛。

《牧潛集》卷一，四庫全書第一一九八冊頁一一三下

【註】＊圓至：六祖下二十二世，嗣法於仰山祖欽。除禪理之外，工於古文，詩猶清婉，有《牧潛集》行世。

【白話新唱】

雨過天青
行過水塘邊
見到植物們都顯露出綠油油充滿生機的模樣
我折得青綠的枝條

串著晶瑩的露珠一路走回

雀鳥們在樹梢間興奮地喧嚷著跳躍著

樹上猶存雨後的殘花

一陣清風吹過

紅色的落花從四面八方襲來

空中滿是芳香迷人

【分析與鑑賞】

這首詩成功地描繪出雨後的即景，或許沒有什麼偉大的禪意，只是作者那種融入眼前之境的心情，那種欣賞自然之美的閒情逸致，在在顯得悠閒、從容，禪之生活化，就是這樣了。

有一年，太陽黑子活動劇烈，傍晚時分，我正在辦公室忙，女友忽然來電，囑我趕快到戶外看太陽，我依言暫時放下公事，走到馬路上，擡頭一望，果然有趣。即將下山的夕陽又大又圓又柔和，微紅的光盤上有一大一小兩粒黑子，十分明顯，我駐足看了一會兒，才回辦公室，內心有種感動襲

來。

雖然是居住在都市裏，大自然還是慷慨地把美景賜給我們，只是我們能不能領受呢？以臺北市爲例，臺北盆地的上空，經常有繚繞不去的懸浮粒子，使得臺北的天空很難像玉山的天空那麼清澈潔淨。然而，也因爲如此，有時臺北的夕陽得到不太乾淨的空氣的輔助，散發出異樣的瑰豔光澤。雖然空氣污染令人厭惡，可是我也不能否認，曾經在臺北的高樓上，看過令人心醉神迷的日落美景。

在都市生活，仍然保有對自然的敏感，這種心情是可貴的。

許多人嚮往遠離文明、回歸自然的生活形態，正因爲他們一直生活在都市中，使得這種嚮往變成一個美麗的情緒，而不是生活的實踐。

但是，那些本來就住在城市人眼中的鄉下人，他們對自己生活的環境未必有這種「美麗的情緒」，也不以爲自己居住的地方有多美。

一旦失落了對自然的敏感，住到哪裏，哪裏就無形中被糟蹋了。

培養這份心情，就從當下開始，活在眼前之境，欣賞此時此地就行了。

226

開門匝地花

圓至

開門匝地花，疑是天女散，
不若草茵香，方知霜雪漫。

出處不詳

【白話新唱】

早晨打開門
看見滿地花開
心疑那是天女散下的天上花
只因沒有綠草鮮花的芳香
我才知道那是昨夜霜雪覆滿地

【分析與鑑賞】

圓至是一位禪師，也是著名的詩僧，這首五言絕句，文字潔淨，意象鮮明，令我不禁聯想到……記得有一次行經北部橫貫公路，天氣陰霾，使得薄霧中的山色愈形黛青，沿路的山水林木散發出深沈迷人的靈氣。

就在一處山坳的轉彎處，忽然出現一片奇景！

薄霧像輕紗一般柔柔地披在山坡上，一株株筆直的樹木呈現出異樣的朦朧美，最驚人的是，草地上熱情地開滿繁花似錦，在清新的綠色裏繽紛多彩地點綴著如夢似幻的小紅花、小白花、小紫花、小粉紅花……

此情此景，令人心醉神迷，無言佇立，除了輕輕說一聲：「好美啊！」任何言語，全屬多餘。

這時，若有人問，這首詩的禪意爲何？

好霜、好雪、好草、好花、好紅、好綠、好樹、好山、好霧，都是，禪。

余欲忘言。

227

撒手須親到一遭

南石文琇

屹立空中萬仞高，幾人斫額謾徒勞，

要知險處平如砥，撒手須親到一遭。

《南石文琇禪師語錄》卷四，卍續藏第一二四冊頁四二五上

【註】＊本詩原題名〈石崖〉。

＊南石文琇（一三四五～一四一八）：六祖下二十二世，嗣法於行中至仁，有《南石文琇禪師語錄》四卷傳世。

【白話新唱】

高聳的石崖屹立於空中

許多人以手遮蔽直射而下的陽光

想仰睹頂峰的眞面目

却是徒勞無功
如果有人想知道最高最險的頂峰
眞的是如過來人所說的開闊平坦
就必須放下一切
親自走一遭

【分析與鑑賞】

禪，是眞實的體驗，不是學院派的紙上作業。

想目睹世界最高峰聖母峰的眞實風光，就必須親自攀登上去，光是看旅遊介紹書籍或電視報導是不行的。

想領悟佛陀的心情，光是讀佛經是不夠的，而必須走過佛陀走過的路。

一個滿腹經綸却顚倒夢想的人，就像是癌症末期的患者對醫生說：「不用擔心！古今中外所有治療癌症的方法，我都已瞭若指掌！」

站在低處的人，看不見高處；站在高處的人，却能看淸低處，不只是因爲居高臨下，也因爲必經過低處才到達高處！

這首禪詩將明心見性比喩爲攀登高峰。不放下對世俗的眷戀，在心地上痛下功夫，就只能仰望高峰，而光是仰望，什麼也看不見。不然就是聽聽別人述說頂上的旖旎風光，但這並非親身體驗，聽得再多也無益，總是必須親自走一遭！

228

壁黏祖偈風吹落

南石文琇

壁黏祖偈風吹落，簷掛蛛絲雨打開，
滿徑綠蔭花落盡，門前百鳥不曾來。

《南石文琇禪師語錄》卷四，卍續藏第一二四冊頁四二八上

【白話新唱】

黏在牆壁上的祖師的偈語被風吹落了
掛在屋簷間的蜘蛛絲網被雨打散了
繁花已落盡
小路上滿是尋常的綠蔭
曾經日日飛來門前的鳥群

也不再來了

大道，竟是如此平凡！

【分析與鑑賞】

牛頭法融未見四祖道信之前，獨自在牛頭山禪修時，有百鳥銜花來供養他的異象，經道信點化開悟之後，反而變得很平常，百鳥也不再來了。這個事蹟常常被後來的禪者探討、論議。

對未悟的人，「道」是神秘、崇高、神聖的，是在現實的世間以外的。但是在悟道者的心情裏，「道」是平常、親切的，就在身邊，一點兒也不足爲奇，連開口說個道字，都感到畫蛇添足。

這首詩正是描述悟道後的平常境界。

當大家都在提倡仁義道德時，就表示這是一個缺少仁義道德的社會。

當大家都在歌頌勤儉的美德時，就表示奢靡之風橫行。

有位大師說過：「非常奇怪！神父、和尚來找我時，都問我如何解除肉體的欲望；妓女來找我時，反而問我，怎麼樣才能提升她們的靈性？」

當大家都在談佛說禪時，就表示大家的內心沒有佛也沒有禪；當「壁黏祖偈風吹落」時，任祖師的法語隨風飄去吧！那就表示道在心中，語言名相可以丟了。

當道場蓋得金碧輝煌，令人眼花撩亂時，就表示這是一個沒有「道」的「場」，才需要在外表下這麼大的功夫；當任憑「簷掛蛛絲雨打開」時，我們也許要格外留神，這裏說不定臥虎藏龍。

當繁華落盡時，才是眞面目的最佳出場時機。

229

鐵牛無力懶耕田

鐵牛持定

鐵牛無力懶耕田，帶索和犁就雪眠，
大地白雲都覆蓋，德山無處下金鞭。

《續指月錄》卷六頁一一八

【註】＊鐵牛持定（一二四〇～一三〇三）：六祖下二十二世，嗣法於仰山祖欽。

【白話新唱】

鐵鑄的牛沒有力氣了也懶得耕田
就帶著綁在身上的牛繩與身旁的犁
倒在雪地上睡了
大雪蓋滿大地就像無邊無際的白雲一樣

即使是精明的德山宣鑒禪師親臨
也找不到鐵牛的蹤影可以鞭策牠

【分析與鑑賞】

有一次，仰山祖欽在巡視寮房時，發現鐵牛持定正躲在被窩裏睡懶覺，就叫人把他找來方丈室，很嚴厲地對他說：「我在巡堂，你在睡覺！你有什麼道理？如果說得，就放你一馬，如果說不出來，就馬上趕你下山！」

鐵牛持定隨口就吟出了這首禪詩，仰山祖欽一聽，無話可說，笑道：「好個鐵牛也！」於是，他這個外號風行一時，從此變成了他的名字。

爲什麼這首禪詩能讓作者逃過一劫，還被師父讚譽有加呢？

原來，本詩點出了悟道者的心境：如如不動。悟道者安住於佛性，無論是行住坐臥，都不離本心本性。而未悟的人，即使是打坐、誦經，莫不在妄想中殺時間。

「鐵牛無力懶耕田，帶索和犁就雪眠」，表明了悟道者「無爲」的境界，所有的努力、所有的技

巧，都放下了。

「大地白雲都覆蓋，德山無處下金鞭」，則表示我已與道融爲一體，就如鐵牛被大雪覆蓋，無影無蹤，宇宙中只有道的存在，沒有「我」的存在，即使是精明的德山宣鑒禪師親臨，也找不到可議之處。

這裏，鐵牛持定用了一個禪宗的典故。

德山宣鑒有個膾炙人口的故事。有一晚，他對大家說：「今晚不回答問題，誰發問就先打他三十棒！」

有位僧人就走出行列，向他禮拜，德山宣鑒立刻給他一棒。

僧人一副無辜的樣子，說：「某甲一句話也沒問，和尚爲什麼打人呢？」

德山宣鑒問他：「你從哪裏來？」

僧人說：「新羅（現在的韓國）！」

德山宣鑒說：「你還沒上船時，就該打三十棒了！」

這對話裏的含意是非常深的。道在眼前，何須問？問的人就該打。道在眼前，何須遠來中國求道？想來就該打。

另外，德山宣鑒還有一句名言：「道得也三十棒，道不得也三十棒。」德山宣鑒善於抓住學人的盲點，給予當頭棒喝，在禪宗史上是著名的。由此可見鐵牛持定對自己是絕對的自肯自得，連德山宣鑒這麼難纏的禪師他都不擔心了，他的悟見就像鐵牛一樣不可動搖。

是以，仰山祖欽欣賞這個高徒，弟子越高明，師父不也跟著水漲船高嗎？

230

雲庵

高峰原妙

或淡或濃施雨去，半舒半捲逆風來，
爲憐途路無棲泊，却把柴扉永夜開。

《高峰原妙禪師語錄》卷下，卍續藏第一二二冊頁六九三下

【註】＊高峰原妙（一二三八～一二九五）：六祖下二十二世，嗣法於雪巖祖欽，有《高峰原妙禪師語錄》二卷行世。

【白話新唱】

變幻不定的雲
有時淡，有時濃，有時化成雨水而去
有時舒展，有時捲收，有時逆風飛來
我憐憫一路漂泊的雲沒有棲息的處所

所以讓柴扉終夜開放
讓她自由來自由去

【分析與鑑賞】

這是一首文字優美的禪詩，不用禪語，却深得禪理。

雲是變幻不定的，就像大道一樣，沒有一定的表現形式。或淡或濃，是顏色的變化；半舒半捲，是形態的變化；途路無棲泊，是指道沒有固定於一處，不受空間束縛；柴扉永夜開，是指道不分晝夜，不受時間束縛。

雲什麼時候飛來，沒有人知道，但是我們先要把門打開，當她要來的時候，才不會被拒於門外。同樣的，發心修行的人，何時會開悟，沒有人知道，但是我們先要把自己準備好，才不至於糟蹋了開悟的時機。

而開悟之後，前所不明的道如今已明，這時就不能想把道留住了。如果想留住道的話，那又落入另一種執著，故詩曰「却把柴扉永夜開」，蘊涵了「既要讓雲自由地來，也要讓雲自由地去」的深

意。否則，等雲入庵後，鎖上柴扉的結果，必然是雲兒消失不見矣。

撇開禪理的一面，這也是極佳的詠雲詩。「或淡或濃施雨去，半舒半捲逆風來」，靈活地點出了雲的動態變化；「爲憐途路無棲泊」，表達了詩人多情的心。多情，是佛的心，使得這首詩特別散發出一種感人的光澤。

231

千金難買一身閒

中峰明本

千金難買一身閒，誰肯將身入鬧籃？

寄語滿城諸宰官，鐵枷自有愛人擔。

《天目明本禪師雜錄》卷上，卍續藏第一二二冊頁七三六上

【註】＊本詩原題名〈辭住院〉。

＊中峰明本（一二六三～一三一八）：六祖下二十三世，嗣法於高峰原妙，有《天目明本禪師雜錄》三卷、《中峰和尚廣錄》三十卷行世。

【白話新唱】

再多的財富也買不到一身清閒

有哪個看透的人肯把自己推入紅塵的火坑呢？

有一句話要對你們這些做官的人說
令人討厭的枷鎖自然就有你們這些喜歡的人擔在身上

【分析與鑑賞】

這首詩表白了作者拒絕出任寺廟的住持。一旦有了職務在身，就像犯人戴上手銬脚鐐一樣，束縛極了！他寧可保有自由之身，處處皆可爲家。即使過著一般人眼中漂泊不定的生活，却是甘之如飴。

自由高於一切！

修行的目的是要得到身心的自由自在，倘若小有所得，就被世人逮去做那所謂「弘法利生」的偉大事業，這事幹不幹，可要想清楚。

許許多多的禪者，逃名、逃利、逃權勢，其中自有深意，不是簡單的一句「這些隱逸性格的人悲心不足！」就能一筆帶過。

一位離婚不久的佛教界的朋友，在偶然的聚會中，提到：「從前我曾認爲，孔子說的『道不行，

乘桴浮於海』，那眞是一種荒涼寂寞的慘事。可是當我脫離婚姻的枷鎖後，想到如果能划著小舟，緩緩航行於碧綠的大海上，孤身一人，到那遠方小島上，不要再談什麼白首偕老、什麼普度衆生，這個念頭竟讓我滿溢幸福感！」

各種人類從事的活動，從政治、宗教到感情、婚姻，中峰明本說得好：鐵枷自有愛人擔！

232 尋山莫畏深

中峰明本

無端知妙諦，有識是塵心，
欲洗塵心淨，尋山莫畏深。

出處不詳

【白話新唱】

有知有識正是眞心本性的污染源
無知無識反而可以領悟眞理
如果想把被污染的心滌淨
尋找隱修的山不要怕深

【分析與鑑賞】

中峰明本的師父高峰原妙就是一個「尋山莫畏深」的典範，他大悟後，獨自住在龍鬚山五年，「縛柴爲龕，風穿日炙，東夏一衲，不扇不爐，日搗松和糜，延息而已」。後來，他的名聲大了，開始有人來拜訪，他連夜遁去，「直入西天目之師子巖，巖拔地千仞，崖石林立，師即洞營小室丈許，榜曰死關，悉摒給侍服用，破甕爲鐺，併日一食」。

中峰明本自己呢？「師居無定所，或船或庵，咸名幻住，僧俗爭相瞻禮，稱江南古佛」。所以，這是一對不喜歡棲身於紅塵中的師徒，這種典範對集中生活於都市的現代人來說，頗富有啓發價值。

我們相信，徹悟的人到哪裏都是一樣，心中有天堂，處處皆是天堂。然而對凡夫俗子來說，能有一段時間遠離都市的塵囂，投入大自然的懷抱裏，那種身心壓力的紓解，罕有其他方式能夠代替。

老祖宗造字的確是見地非凡，人在山上就是個「仙」字，人在谷底就是個「俗」字，已經擺明了要我們多往山上親近親近，喔！就這麼說吧！下一個假日爬山去！

233 人生猶如幻中幻

中峰明本

人生猶如幻中幻，塵世相逢誰是誰？
父母未生誰是我？一息不來我是誰？

《天目明本禪師雜錄》卷上，卍續藏第一二二冊頁七三六上

【註】本詩原題名〈示高麗王〉。

【白話新唱】

人生就像幻相中的幻相
本來已是虛幻的存在，人們又投射了虛幻的想法
使得宇宙人生的眞相變成迷中迷
在塵世中人與人相逢，誰知道誰是誰呢？

父母還沒生下我之前，誰是我呢？
當我死後，我又是誰呢？

【分析與鑑賞】

生之前，死之後，生命是什麼？一直是從古至今，敏感的人們心中的疑惑。可是人類的偉大本事之一，就是大多數人能夠在尚未弄清楚生命是怎麼一回事，就一頭鑽進塵世裏渾渾噩噩地「我就這樣過了一生」，有時想到這一點，不禁令人心驚！

想找到這些問題的解答，並不如想像中的困難，因爲答案只在我們的心中，我們需要的是認眞而堅持地向自己的內在詢問：「我是誰？」當這個發問持續到足夠的熱度，答案會在各種可能的場合突然迸現。

回教的蘇菲派聖者哈山曾經留下一段雋永的故事。

他追尋眞理多年，一無所獲，但他仍然全心全意在詢問自己：「我在哪裏？」

有一天，他走過市場，遇見一個賣蠟燭的小孩，當時，小孩點亮了一隻蠟燭，展示它美麗的燭

光。

小孩向他叫賣：「先生，來買蠟燭啊！」

哈山心血來潮，就問小孩說：「這蠟燭是你點亮的嗎？」

小孩說：「是的，先生！」

哈山說：「如果你能回答我一個問題，我將買下你全部的蠟燭，如何？」

小孩欣然同意。

哈山問他：「本來蠟燭沒有光，然後你把它點亮了，請你告訴我，光從哪裏來？」

小孩笑了，他不慌不忙地把蠟燭吹熄了，然後說：「現在你看到光消失了，請你告訴我，它跑到哪裏去了？」

哈山大叫一聲，他開悟了！他整個我執被打碎了，與宇宙剎時冥合爲一。

他從來沒有想到，一個賣蠟燭的小孩，會成爲幫助他開悟的貴人。

只要我們肯問，答案就會自己找時機突然迸出來。

234 眼前盡是家鄉路

中峰明本

濁水盡清珠有力，亂心不動佛無虧，
眼前盡是家鄉路，不用逢人覓指歸。

《禪宗雜毒海》卷二，卍續藏第一一四冊頁一二四下

【白話新唱】

摩尼寶珠一放入濁水中
濁水立刻變清水
混亂的心毋須調伏
對佛而言那也是安定的心
不論濁水與清水都是水

不管亂心與定心都是心
掌握了這顆自性摩尼珠
眼前一切都是回家的路
再也不必尋師訪道
自己就是眞理
自己就是光明
自己就是自己最好的指引人

【分析與鑑賞】

任何一門技藝，學習者不斷深入深入，有一天，也會忽然豁然貫通，產生一種左右逢源、揮灑自如的心理感覺。這時，他完全超越了技巧層面，信手拈來，全屬天機流露，有人將此稱之爲「技藝的高峰經驗」。

在禪門中，修行人嘗過各種辛苦參求之後，往往會在一個臨界點產生一個大爆炸，猶如火鳳凰

重生一般。地球依然由西向東旋轉，月球依然陰晴圓缺，可是在他眼中世界不一樣了，一種新的內在感覺出現了。

掌握了佛性這顆摩尼寶珠，不再以分別心看事物，眼前一切都是佛性，想找出佛性以外的存在都沒辦法了，更沒有回不回家的問題。因此，到處都是家！

235

黃葉任從流水去

石屋清珙

黃葉任從流水去，白雲曾便入山來，
寥寥巖畔三間屋，兩片柴門竟日開。

《禪宗雜毒海》卷七，卍續藏第一一四冊頁一八七下

【註】＊石屋清珙（一二七二～一三五二）：六祖下二十三世，嗣法於及庵宗信，有《石屋清珙禪師語錄》二卷行世。

【白話新唱】

凋零的黃葉就任你隨流水而去
流浪的白雲在你方便的時候就入山來吧！
坐落在巨巖畔簡簡單單三間茅屋
兩片柴門整天都打開著

隨時等候你的到來
當你要走時
隨時可去

【分析與鑑賞】

該來的讓他來，沒有歡欣雀躍；想走的任他走，沒有眷戀不捨。事物的動靜來去，皆是佛性的顯露，於我們何憂何喜？

《莊子》的〈大宗師〉篇描寫了四個悟道的好朋友，子祀、子輿、子犁與子來。

有一天，子輿忽然得了一種「拘攣」的怪病，子祀前來探望，一見面就說：「眞是偉大呀！造化把你弄成這副樣子！」

子輿也沒有覺得自己很悽慘，他走到井邊照自己的影子，就像在欣賞大藝術家的傑作一樣，說：「是啊！眞是偉大！造化把我弄成這樣子。」

子祀問子輿：「你討厭現在這樣子嗎？」

子輿說：「怎麼會呢？如果造化把我的左手變成雞，我就叫牠報曉；如果造化把我的右手變成彈丸，我就拿它打鳥烤來吃。如果把我的脊椎骨變成車輪，把我的精神變成馬，那我就不必另外再坐馬車了！」

過了不久，子來也生病了，呼吸急促，眼看就快死了，他的妻子抱著他痛哭。

子犁前來問候，對子來的妻子說：「走開點，不要驚動他的變化！」

然後他對子來說：「偉大的造化，又要把你變成什麼呢？是老鼠的肝，還是蟲子的翅膀呢？」

子來笑著說：「人都是自然所生的啊！所以，自然要我們到哪裏，我們就該到哪裏。

「大自然賦給我形體，活著的時候，要我勤勞；年老的時候，要我安逸；死的時候，要我休息。所以，如果我認爲生是好的，那麼死也是好的啊！

「譬如鐵匠在打鐵的時候，他要把鐵打成什麼，就是什麼。如果鐵不順從他，自己跳起來說：『我要變成寶劍！我要變成寶劍！』那麼鐵匠就會認爲這塊鐵是不祥之物。

「現在我從造化得到人形，如果我就堅持對造化說：『我要永遠維持人形！我要永遠維持人形！』那麼造化也必然認爲我是個不祥之物。

「所以，天地是個大鑪子，造化是個打鐵匠，我死之後，變成什麼都行啊！」

這個故事表現了生命的大豁達，但能沒有「我」的執著，有什麼是好？又有什麼是壞呢？

凋零的黃葉，任你隨水流去；流浪的白雲，任你想來時就來吧！

我的心永遠敞開著，隨時等候你的到來。

當你想走時，隨時可去……

236

半窗松影半窗月

石屋清珙

半窗松影半窗月，一個蒲團一個僧，
盤膝坐來中夜後，飛蛾撲滅佛前燈。

《禪宗雜毒海》卷七，卍續藏第一一四冊頁一八七下

【白話新唱】

窗紙上
一半是松樹的影子，一半是月光
寂靜的禪房裏
一個蒲團上坐著一個僧人
盤膝坐到半夜後

飛蛾竟然將佛前的燈火撲滅了！

【分析與鑑賞】

「飛蛾撲滅佛前燈」，象徵著修道人要有爲法殉身的熱情，才能有所成就。

《涅槃經》記載了一則佛陀的本生故事，說在過去世，佛陀曾經在雪山修苦行，天帝爲了考驗他的道心，就變身爲羅刹，故意在他面前說了古佛的半偈：「諸行無常，是生滅法。」雪山童子一聽，心生歡喜，就對羅刹說：「善哉，大士！若能說餘半偈，吾終身爲汝弟子。」沒想到羅刹却說：「我肚子餓極了，說不出來。」雪山童子說：「只要能聽到下半偈，我願意做你的食物讓你吃飽。」羅刹同意，就接下去說：「生滅滅已，寂滅爲樂。」《涅槃經》記載：「我聞此偈已，於若石若壁若樹若道，書寫此偈，即時升高樹上，投身於地。」更精采的是：「爾時，羅刹復帝釋形，接取吾身，依此功德超越十二劫。」這段故事裏的神話成分暫且不說，爲了半偈法語，甘願捨身，有這種熾烈的道心，何愁道業不成呢？

237 山居吟

石屋清珙

過了事已過去了，未來不必預思量，
只今便道只今句，梅子熟時梔子香。

《石屋禪師山居詩集》頁十八下，禪門逸書初編第六册

【白話新唱】

過去的事情已經過去了無須懊悔
未來的事情還沒來無須預先擔心
現在最重要的就是「活在現在」！
好好品味那梅子成熟時
梔子花飄揚的香氣

【分析與鑑賞】

基督教的《聖經》有一段很好的話：「何必爲衣裳憂慮呢？你想野地裏的百合花怎麼長起來？它也不勞苦，也不紡線。然而我告訴你們，就是所羅門極榮華的時候，他所穿戴的，還不如這花一朵呢！」

然後耶穌下結語說：「不要爲明天憂慮，因爲明天自有明天的憂慮，一天的難處一天當就夠了。」

這句話眞是好極了！

我深信耶穌是一位悟道者，讀《聖經》時，我常覺得，這是另一種版本的佛經嘛！或者說，就像一本劇情精采的禪門語錄！

野地裏的百合花是活在當下的，所以她從不憂慮。

唯有活在未來的期待與恐懼、過去的眷戀與懊惱，人才會不安，一個活在當下的人是沒有多餘的心情來不安的。

即使是面臨即將到來的災禍，何不就欣賞這幕宇宙安排的好戲呢？無論是福是禍，都是上帝贈送的禮物，何不笑納呢？

如果，我們能抽離自我，心無異念地品味那梔子花飄揚的香氣，或者巷口的桂花香，甚至可以發現，咦！上帝就在這裏！

附記：本文所用的「上帝」一詞，與佛性、眞如、涅槃妙心等等意思完全一樣。

238

大地山河一片雪

斷巖了義

大地山河一片雪，太陽一照便無蹤，
自此不疑諸佛祖，更無南北與西東。

《禪宗雜毒海》卷三，卍續藏第一一四冊頁一三二上

【註】＊斷巖了義：六祖下二十三世，嗣法於高峰原妙。

【白話新唱】

大地山河被一片大雪遮蔽
然而太陽一照
所有的雪都消失得無影無蹤
從今天起我

再也不懷疑諸佛祖師所說的話

大道普遍一切處

再也沒有東西南北的分別

【分析與鑑賞】

這是斷巖了義的悟道偈。

有一天，高峰原妙對弟子們提到五祖法演有名的話頭：「水牯牛過窗櫺，頭角四蹄都過了，因什麼尾巴過不得？」

這段話惹起斷巖了義莫大的疑情，從早到晚都在參究。過了一段時間，他經過池塘時，偶然看到積雪從松枝上墜下來，內心有所觸動，就跑去見高峰原妙，說他剛剛有感而發所作的偈子：「不問南北與西東，大地山河一片雪……」偈子還沒說完，高峰原妙竟然拿起棒子將他痛打一頓，並粗魯地趕他出去。因為高峰原妙的居處「死關」就在懸崖邊，不知不覺間，斷巖了義失足摔下懸崖……

懸崖陡峭，同學們以爲他必死無疑，本想攀著藤蔓下去替他收屍，沒想到他分毫無傷，還在那裏想著自己哪裏不對，被師父打出門。

被救上來後，斷巖了義立誓七天之內一定要開悟！果然，努力用功了幾天，提前豁然大悟，立刻跑去「死關」，大喊：「老和尚！今日瞞我不得也！」然後，就獻上這個偈子給師父看。

在這偈子裏，他拿大雪遮蔽山河大地來象徵無明覆蓋了我們的佛性；「太陽一照便無蹤」，則象徵智慧的光一照到無明上，無明就消失了，自然顯露出佛性的眞面目。

我們可以感覺到，這偈子有一股頂天立地的豪氣，猶如傳說中佛陀一生下就發出的「佛性宣言」：「天上天下，唯我獨尊！」

每個人，都擁有宇宙中最尊貴的佛性，別讓祂蒙塵了。

239 鴿

斷巖了義

飛騰活計遍天涯，霧罩雲迷路不差，
自己屋頭明白了，這回不落別人家。

《禪宗雜毒海》卷五，卍續藏第一一四冊頁一六五上

【白話新唱】

鴿子！你高高飛在天上
天下雖大，任你翱翔
大霧封鎖烏雲阻路
你仍能準確地朝著既定方向飛行
自家的屋頂在哪裏明明白白

這一回不會飛落別人的家了

【分析與鑑賞】

只要我們肯多想想，每件事物都是眞理的譬喻。

例如海洋，大海有許多滴海水，每一滴海水就是海洋的縮影。當浪花噴散在空中，千萬滴海水刹時從海洋獨立出來，當千萬滴海水又落回海中時，千萬滴海水又與海洋母體重新融爲一體。

例如空氣，我們看不見空氣，可是我們呼吸空氣，我們活在空氣中，沒有空氣我們活不過三分鐘。

例如水晶球，這更不須說了，拾得就曾經寫出這首著名的禪詩：「無去無來本湛然，不居內外及中間，一顆水精絕瑕翳，光明透出滿人間。」

例如水面上月亮的倒影呢？橫川如珙禪師也寫了一首神秘幽靜的詩：「月在水中撈不上，徒勞戳碎水中天，夜深山寺開門睡，月自飛來到面前。」

能不能看出萬事萬物皆是譬喻的關鍵在於，你是否有志於眞理。

有人一想到杭州西湖，心中就浮現無數的風流韻事，也有人舉家搬到西湖畔，爲了從此淘米洗衣不必再大老遠挑水而笑得合不攏嘴。

這首詩裏，斷巖了義將鴿子的空中定向、萬里歸家的能力，引伸爲流落凡間的我們尋找心靈的家鄉（佛性）。「自己屋頭明白了，這回不落別人家」則意指，這次我們要直接明心見性，回到自己的心中，不把經論上的義理視爲自己的體驗，佛經雖好，卻不是我們的家。

240

行看流水坐看雲

了庵清欲

閒居無事可評論，一炷清香自得聞，
睡起有茶飢有飯，行看流水坐看雲。

《了庵清欲禪師語錄》卷七，卍續藏第一二三冊頁七五四下

【註】＊本詩原題名〈癡絕翁所續白雲端祖山居偈忠藏主求和〉。
＊了庵清欲（一二八八～一三六三）：六祖下二十三世，嗣法於古林清茂，有《了庵清欲禪師語錄》九卷行世。

【白話新唱】

生活是這麼悠閒
沒有什麼事情值得評論
點起一炷清香

自己聞起來覺得芬芳即可
禪是如此平易近人
睡醒來想喝茶就喝茶
肚子餓了該吃飯就吃飯
行在路上就看河水流
坐下來就看天上雲飛

【分析與鑑賞】

這是一首上乘的禪詩，意境高遠，不用禪語，却能深入禪理。

禪，原本就在生活中，是因爲人們離禪已久，才需要參禪，而得禪的人莫不表示：「哎呀！我眞是人在禪中不知禪！」

從前，夾山善會有一位年輕的侍者，追隨他很久了，夾山看他在自己身邊沒什麼長進，就叫他出外行脚，增廣見聞。

侍者遊走了不少道場，也沒大的收穫，這時他聽說夾山的名氣越來越大，聞風而來的參禪客也越來越多，他就趕快回去見夾山，並且有些瞋怪地說：「和尚啊！原來你早就是大悟的高人，為什麼以前不指導我，還叫我四處奔波呢？」

夾山善會說：「誰說我沒有指導你？我無時無刻不在告訴你什麼是禪，只是你自己沒發覺而已。」

侍者不太相信地說：「有嗎？」

夾山善會說：「你煮飯的時候，我就燒火；你盛飯菜時，我就把缽交給你。這不就是了嗎？」

侍者一聽，豁然大悟！

原來，生活就是禪。

「睡起有茶飢有飯」，禪就在這麼平凡的事物裏，是這麼親切。「行看流水坐看雲」，禪就是這樣無處不在，人生就是如此與道契合，一如行雲流水……

241

同看孤雲自在飛

了庵清欲

春雨春山箏蕨肥，不知塵世有危機，
何當借與安禪石？同看孤雲自在飛。

《了庵清欲禪師語錄》卷七，卍續藏第一二三冊頁七五八上

【白話新唱】

春天的時候
微微細雨灑在翠綠的山上
山中的箏蕨特別肥美
住在這般幽靜的山裏
渾然不知塵世裏有什麼危機

怎麼樣才能把「安禪石」借給世上的人呢？
好讓他們得以跟我一樣悠閒
一同欣賞天上的流雲自由自在地飛翔

【分析與鑑賞】

「安禪石」是讓人在其上打坐入定的石頭，作者雖說「何當借與安禪石？同看孤雲自在飛」，可是我們知道，並不是石頭使人入定，而是人想入定才會去坐在石頭上鍛鍊禪定。所以，對沈迷於物質世界的人，送給他全套的大藏經、法器、蒲團，也無助於他的心靈品質。而有心想探索心靈世界的人，處處皆是安禪石，時時都是鍛鍊禪定的機會。

這首詩的一句「不知塵世有危機」，實在令人嚮往！

記得多年前看過一部空難的驚險電影，片名似乎是「九霄驚魂」之類的，描寫一架滿載乘客的大型噴射客機，在空中與其他飛機擦撞，機身破了一個大洞，然後歷經許多驚心動魄的危機，令觀衆尖叫不已，也死了不少倒楣的乘客，最後，殘破的飛機與劫後餘生者終於回到地面上了！

導演別出心裁地在倖存者魚貫走出機場時，安排了一位大夢初醒的醉漢，睜著茫然的眼睛問身旁驚魂甫定的同伴說：「啊！這麼快就到了呀！」

電影院的觀衆們忍不住大爲爆笑！

有時候，眞是寧爲醉漢！

242

閒到心閒始是閒

恕中無慍

閒到心閒始是閒，心閒方可話居山，
山中贘有閒生活，心不閒時居更難。

《恕中無慍禪師語錄》卷六，卍續藏第一二三冊頁八七八下

【註】＊本詩原題名〈松巖雜言〉。
＊恕中無慍（一三〇九～一三八六）：六祖下二十三世，嗣法於竺元妙道，有《恕中無慍禪師語錄》六卷行世。

【白話新唱】

眞正的清閒不是行動上的自由自在
而是心裏清閒
心裏清閒了才有資格談住在山裏

山中的生活在世人眼中閒得沒事幹
如果心裏不清閒的人來住山裏
就像關在監獄裏一樣痛苦

【分析與鑑賞】

無事，是悟道者的心情，他不必做什麼，內心自然與道契合，有著源源不絕的喜樂源泉。凡人呢？總要做些什麼事，不然就閒得發慌。

是以，眞正的清閒，是當下就清閒，不必等以後，不必等做完某一件事。即使現在手邊有事情正在處理，內心依然是淸閒的。因爲，淸閒是一種心靈品質，不是沒事幹就是淸閒。對很多人而言，沒事幹反而痛苦不堪。

人們很難相信，那種「內心不閒」的感覺是莫名其妙來的，我們其實可以經由覺知到它的存在，而立刻讓它消失，內心馬上處於安然自在的狀況。

當我們感到「內心不閒」的時候，不要找任何藉口，說是因爲這個因爲那個，因爲事情忙，因

爲責任重……，這些都不是眞正的原因。

眞正的原因是我們不敢面對心的眞面目，我們害怕沒事幹的「存在的孤寂」……，可是人們却爲了自己的不能心閒，虛構了許多理由。

在北極的冰山上，一隻小熊爬到母親身邊問說：「媽媽，我是哪一種熊？」

母親回答：「你是北極熊，兒子。」

小熊又問：「你確定我不是臺灣黑熊嗎？」

「非常確定！兒子，」母親回答，「你是北極熊。」

但是那隻小熊仍然不滿意。「媽媽，」牠說，「也許我是一隻灰熊。」

「你問這些問題幹什麼？兒子。」母親說，「你是一隻北極熊，沒錯。」

然後小熊又爬到冰山的另一面去問父親。「爸爸，」牠說，「我是不是一隻貓熊？」

「不，兒子！」父親說：「你是北極熊。」

「不是無尾熊嗎？」小熊問道。「不，你是北極熊，」父親問道，「你爲什麼要問這些問題呢？」

「因爲，」小熊呻吟著說，「我覺得好冷！」

243

百年壽命一彈指

恕中無慍

行脚見人須帶眼，著衣喫飯要知時，
百年壽命一彈指，急下功夫也是遲。

《恕中無慍禪師語錄》卷六，卍續藏第一二三册頁八八〇下

【註】＊本詩原題名〈示慧性〉。
＊行脚：禪者爲修行而到處旅行，遍訪諸方名師、道友。

【白話新唱】

參禪人出外行脚要具備識人的眼睛
穿衣吃飯要知道適宜的時機
百年的壽命雖然很長

等到大限來到時也像一彈指那麼快
佛法雖然隨時都可以開始修行
可是若不知道當下即是佛
急著要下功夫修行也是遲了

【分析與鑑賞】

這個偈子有四句話，每一句都是一部卷帙繁浩的大藏經。

前兩句留給讀者慢慢咀嚼，先從「百年壽命一彈指」說起。

人生活到一百歲，夠長了，百年人瑞也不多，可是對他們來說，他們又覺得怎麼一眨眼就活到一百歲了，好快！

還沒到的時間，總是來得特別緩慢；已經逝去的時間，總是去得特別迅速。隨便舉個例子，等待公車的五分鐘、等候姍姍來遲的情人十分鐘，都彷彿一世紀那麼漫長，可是一眨眼，我們卻從小孩子成長到目前的年齡！

心理學家弗蘭克曾經說過：「在集中營，一小段的時間，譬如一天當中由於每一分、每一秒都充滿了痛苦和疲憊，感覺上好像遙無止期。較長的時間，譬如一星期，則似乎過得很快，當我說營中一日，長於營中一週，許多難友都表示有同感。」

悟道者看世間，也與集中營差不多了。

我們唯一能掌握的，就是當下一刻！想修行，就從當下立即開始。

但是，爲什麼恕中無慍又說「急下功夫也是遲」呢？

從常理來看，應該是「不下功夫才是遲」！

但是從悟道者的心情來說，人本來即是佛，不需要下功夫就已是佛了，越下功夫就離佛越遠！

是以，「急下功夫也是遲」是從第一義諦的觀點所說出來的，屬於悟道者境界的話。而所有的悟道者也都是經過「下過一番苦功夫」之後，才明白這個甚深的理趣。

從現實的觀點來看，就從此時此刻開始修行，則永不嫌遲！

修什麼呢？讓穿衣吃飯沒有多餘的動作，讓待人處事沒有多餘的想像，這樣就夠了。

244 虛空迸出日輪紅

烏石世愚

時時睹面不相逢，吃盡娘生氣力窮，
夜半忽然忘月指，虛空迸出日輪紅。

《續指月錄》卷七頁一四三

【註】＊烏石世愚：六祖下二十三世，嗣法於止巖成禪師。

【白話新唱】

佛性，我們的本來面目
時時與祂相見卻不能相逢
就算有心想與祂碰在一起
費盡全身力氣也毫無辦法

直到夜半時分
我忽然忘記了追求佛性的想法，也忘記了佛性的存在
虛空中就迸出紅豔豔的日輪

【分析與鑑賞】

這是烏石世愚的悟道偈。

烏石世愚曾參訪多位名師，也曾獨自在南屏山閉關三年，卻毫無證悟。這時他聽說止巖成禪師出山弘法，就前去謁見。止巖成舉出南泉普願說的話：「不是心，不是佛，不是物，是什麼？」問烏石世愚有什麼看法，然而他感到一片茫然，所以又回南屏山。

有一晚，聽到隔壁的僧人在誦《永嘉證道歌》，一直到「不除妄想不求眞」時，當下有省，感覺身心如釋重負，歎說：「佛法原在目前，人自遠之耳！」便作了這個偈子。

所有的開悟，都是水到渠成。時機未到，強求無益，徒增感傷而已。

人不要為自己不能掌握的事而憂愁煩惱，開悟正是一件我們掌握不來的事情，我們唯一能做的

是，做好悟前的準備，然後耐心地等待時節因緣的成熟。

這偈子裏，「夜半忽然忘月指」是頗爲有趣的。禪宗常說，禪是不可言說的，說則不中，所以只能以指見月，爲學人指引一道方向，讓人自己去見月。然而，悟道的人，體認到一切都在佛性中，再也沒有指與月的分別了。

至於「虛空迸出日輪紅」，並非指太陽眞的從虛空中迸出來，它就像「虛空粉碎，大地平沈」一樣，是禪宗特有的一種表達語言，傳達泯除二元對立、打破自性見的悟境。

245

頌風鈴

竹林海

銅唇鐵舌太尖新，樓角懸來不記春，
言外百千三昧法，因風説與個中人。

《續指月錄》卷七頁一四七

【註】＊竹林海：六祖下二十三世，嗣法於雪巖滿禪師。

【白話新唱】

風鈴！你擁有銅唇鐵舌
發出又清脆又悅耳的聲音
懸掛在高樓的簷角下
不知有多少個春天了

没有記載在三藏十二部的許許多多的甚深佛法
因著清風的吹拂
你都無私地對著每一個人宣説

【分析與鑑賞】

眞理的聲音，雖然無處不在，却不是每一個人都是知音。風鈴，是寂寞的，聽得懂她的話的人越來越少了。

我見過一位風鈴的知音。

在我讀大學的時候，有一段時間在校外租房子住，附近的鄰居大多是榮民，他們的孩子都很小。居處旁的巷口，走廊上懸掛了一只銅風鈴，微風一吹，它就開始叮叮咚咚發出清脆的聲音。

有天下午，我正要出門上體育課時，看到榮民的小小孩，大約一歲多吧！剛學會走路，走得不是很好，一副搖搖晃晃很可愛的樣子。小小孩坐在風鈴的下方地上，只有一條老狗陪著他，姐妹們在較遠的巷口外玩耍。

午後暖洋洋的風吹得大一些，風鈴就叮叮咚咚響，小小孩便尋聲擡頭，並望著風鈴稚笑。當風鈴聲停歇了，他就將注意力挪回老狗身上，對牠揉呀捏的，等風鈴再響，他又擡頭笑望風鈴……

一個小時後，我上完體育課回來，老狗溜走了，小小孩仍然好奇地、興奮地看著風鈴，並隨著風鈴的音韻發出或高或低的笑聲。這光景，彷彿他是生平第一次聽見風鈴的聲音。

我想起《聖經》有一段記載：

耶穌被聖靈感動就歡樂，說：「父啊！天地的主，我感謝你！因爲你將這些事向聰明通達人就藏起來，向嬰孩就顯出來。」

我忽然想起當我未上小學前，常常在泥地上玩沙，一玩就是一整個下午，樂在其中，全世界沒有比玩沙更幸福的事了！

我的眼睛有些泫然了，爲什麼這些美好的感覺如青春的鳥兒一去不回呢？

原來，原來，最美好的事情，一直都在我們身邊！到底，到底，是從什麼時候開始，我們學會了視若無睹？

246

言語從來賺殺人

天如惟則

紙上傳來說得親，黐腔易調轉尖新，
是人愛聽人言語，言語從來賺殺人。

《天如惟則禪師語錄》卷四，卍續藏第一二二冊頁八八一下

【註】＊本詩原題名〈禪人以偈見呈求和〉。
＊天如惟則（?～一三五四）：六祖下二十四世，嗣法於中峰明本，提倡禪淨雙修，有《淨土或問》一卷、《天如惟則禪師語錄》九卷行世。

【白話新唱】

寫在紙上的話很有道理
讀在我心裏也覺得很親切

從別人那兒學來的腔調
稍微變化一下就更爲新奇突出了
但是要小心呀！
人們大都喜歡聽別人的言語
偏偏從古以來
言語害了許許多多的人一輩子不能開悟

【分析與鑑賞】

有些讀者見過心中仰慕已久的大作家後，大歎見面不如聞名，說：「我愛死他的作品了，可是老天保祐，讓我永遠不要再見到他！」

寫在紙上的話，是作者的生命精華，而且是最美好的那一面。因此，若想找到一個文與人完全一致的人，就好像期待全天下的蚊子都改邪歸正不再吸人血一樣。

飽讀經論的人，寫出幾首有模有樣的禪詩，實在輕而易舉。能夠寫出悟後境界的話不難，甚至

文采璀璨的人，還能表達得比許多悟道者更引人入勝。

所以，只看寫在紙上的話，對於其人的心靈境界，仍然是難以斷言的。

當年，船子德誠曾訓誡夾山善會：「一句合頭語，萬劫繫驢橛。」意思就是，沒有開悟的人，卻以能說出開悟的話自滿，那就永遠不能開悟了，這言語如同綁住驢子使牠自由不得的木樁一樣。

保持清醒，不要被語言愚弄，不要失去自知之明，那就是替自己保存開悟的機會。

247 直取驪龍頷下珠

月泉同新

氣宇衝霄大丈夫，尋常溝瀆豈能拘？
手提三尺吹毛劍，直取驪龍頷下珠。

《續指月錄》卷九頁一六八

【註】＊月泉同新：六祖下二十五世，嗣法於林泉從倫。

【白話新唱】

我是氣宇衝霄的大丈夫
像水溝這種低下的地方怎麼能拘束我？
我將手提鋒利的寶劍
直入深淵

摘取那最難獲得的驪龍頷下珠

【分析與鑑賞】

一首豪氣萬千的言志詩！

月泉同新出家以後，並沒有什麼特殊的表現，但是他能以苦行來服事僧衆，所以，某一天，他的智慧的源泉忽然迸發了。他把心得說給同伴聽，却被同伴譏笑，想必他們的想法是：一個普通的勞務僧會有什麼了不起的悟境！

月泉同新對同伴的愚蠢憤慨極了，他在牆壁上寫下這首氣度非凡的詩，就離去了，找高明的禪師爲他印證。

《莊子》的〈列禦寇〉篇說：「夫千金之珠，必在九重之淵，而驪龍頷下。」驪龍是潛藏深淵的黑龍，頷下有夜明珠，想取得驪珠，必然冒生命危險，趁驪龍沈睡時，才能獲得。

開悟，就像採驪珠一樣，是全生命投入的生死大事，否則難有所成。既已走上修道之路，回頭是不可能了，不如像這首詩一樣，以勇猛的氣概，向前奮進，置之死地而後必生！

248 殘紅逐水流

止翁

三月韶光沒處收，一時散在柳梢頭，
可憐不見春風面，卻看殘紅逐水流。

《禪宗雜毒海》卷二，卍續藏第一一四冊頁一二五上

【註】＊止翁（一三五五～一四三六）：明代僧，幼年出家，依古峰法師學華嚴宗旨。永樂年間，明成祖召至南京，問楞嚴大義，勅賜紫衣。

【白話新唱】

三月的春光不知要收藏在哪裏
彷彿在柳樹梢頭散失了
可憐我沒能親眼看見春風的眞面目

只看到凋萎的紅花隨水流去

【分析與鑑賞】

表面上看，似乎是哀愁春光早逝，其實不是。因爲，這是禪師的禪詩，蘊涵了甚深禪意。春風，是看不見的，就像佛性、禪心是看不見的一樣。

看不見的，並不代表沒作用，眞正的主宰都隱身在幕後。

「可憐不見春風面，却看殘紅逐水流」，寓意著，雖然佛性見不到，可是從花開到花落，那正是春天（佛性）的力量在作用。

看到花開又花落，就知道春天來過了。

看到萬事萬物的生住異滅，就知道佛性是現象之下的老闆。

當你在運作五種感官時，若能反念一思：在看的是什麼？在聽的是什麼？……或許就有望揭開佛性的神秘面紗。

●

有一天，一位博物多聞的學者拜訪大師，滔滔不絕發表了整整三個小時的「無上帝論」。

大師充滿興趣聽完後，喜悅地說：「聽了您這麼精妙的高見，使我更相信上帝的存在！」

學者愕然，問說：「爲什麼呢？」

大師說：「像您這麼優秀的人中極品，如果不是上帝，還有誰造得出來？」

249 送無極道人禮寶陀

虛白慧昱

道人無事發狂心，涉水登山海外尋，
一拜起來還一拜，不知屋裏有觀音。

《禪宗雜毒海》卷三，卍續藏第一一四冊頁一三五上

【註】＊虛白慧昱（一三七二～一四四一）：六祖下二十七世，嗣法於寶藏普持。

【白話新唱】

無極道人没事找事
竟然發起狂心去南普陀禮拜觀世音菩薩
你跋涉千山萬水
一路上千拜萬拜

卻不知道
觀世音菩薩就在你心內！

【分析與鑑賞】

神秘主義者（mystic），指體會到一般智力無法了解的眞理的人。

據說這個字的語源是指「合上眼睛」，也就是說，要體驗眞理，應先把眼睛閉起來。一切外在現象摒棄於視覺之外，向內沈思冥想，才能挖掘深藏的秘密知識或獲得神秘啓悟。

向內看，是一切神秘體驗的根源。

在這首詩中，虛白慧昷直言指出：無極道人不知禮拜心內的觀音，卻要跑到千里之外尋觀音，何其瘋狂！觀音菩薩，在此象徵吾人的佛性。

在古代，千里奔走到南海，是一件必須下大決心才能辦到的事。

一個人若肯下這麼大功夫，轉而用來參禪求明心見性，大概也是無事不成了！

所以虛白才更加感慨，渾身力氣卻沒用對地方！

250 如此而已

正法雪光

如此而來，如此而去，
却叩眞乘，如此而已。

《續指月錄》卷十二頁一九四

【註】＊正法雪光：六祖下二十八世，嗣法於潔空通禪師。

【白話新唱】

就這樣來到人間
就這樣離開人間
人生走一遭却讓我發現了宇宙的眞相
就是這樣而已

【分析與鑑賞】

悟道者在與道契合時，打從內心說出的「如此而已」，這簡單的四個字，眞是蘊涵深遠，不是局外人所能想像的。

眞理只是如此而已，但我們已經從孩提時就被污染了，毫無自覺地戴上偏見、想像的眼鏡看待世界。我們習慣於扭曲的認知模式，視之爲正常，更由於幾乎全世界的人都一同陷入這幕幻劇裏，因此，即使想在身邊找到半個清醒的人，都變得難上加難。犯錯的人太多，使我們不再覺得錯誤的存在。

讀過一個笑話，感到很好笑，也很發人深省。

一名男人不幸遇到船難，漂流到無人的荒島上，久而久之，欲望無法紓解，他竟然想拿島上的母羊做爲發洩對象。

還好，只要他一靠近那隻母羊，旁邊的狗便對他狂吠起來，使他無法達到目的。

有一天，一位金髮女郎發生船難，他費了九牛二虎之力，總算把她救上岸來。那豔麗的俏女郎含情脈脈地對他說：「先生！你救了我的生命，我願意爲你做任何事……」

那男人欣喜若狂說：「太好了，請妳現在過去幫我看住那隻狗，別讓牠過來！」

說完便撲向那隻母羊。

喔，喔！

這就是全人類的愚蠢，以假爲眞習慣了，如此而已。

251 應緣而已

萬松慧林

七十六年，萍蹤何寄？
本無去來，應緣而已。

《續指月錄》卷十四頁二〇七

【註】＊萬松慧林：六祖下三十世，嗣法於圓通湛覺。

【白話新唱】

活了七十六年
死後向何處去呢？
呵呵！
人生本來即是無來也無去

只是隨順因緣而已

【分析與鑑賞】

這是萬松慧林的遺偈，與當代高僧廣欽老和尚的臨終遺言：「無來也無去，沒有什麼事！」有著相同的旨趣。

緣，諸法因緣生，諸法因緣滅，世間種種現象，只是因緣的聚散。悟道者了悟「無我」，一切事中隨順因緣，就像天上的雲，風吹向哪裏，雲就飄向哪裏。人生，應緣而已，實在是深沈的生命智慧。

《金剛經》的名偈：「一切有爲法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」若能對這「如夢幻泡影，如露亦如電」更深刻認識，必然有助於我們更爲灑脫的胸懷。

如夢，夢時似有，醒後全無。

如幻，變時似有，事後全無。

如泡，含風似有，憩後全無。

如影，得光似有，背光全無。
如露，濕時似有，乾後全無。
如電，閃時似有，靜後全無。
善加玩味這幾句話，其中自有深意。

252 明月清風吟弄

無趣如空

生來死去空花，死去生來一夢，
皮囊付與丙丁公，白骨斷橋隨衆，
呵呵呵！明月清風吟弄。

《續指月錄》卷十五頁二一〇

【註】＊無趣如空（一四九一～一五八〇）：六祖下三十一世，嗣法於野翁曉禪師，有《無趣老人語錄》一卷行世。
＊丙丁公：丙丁屬火，故爲火的代稱。

【白話新唱】

從生到死，就像空中花一樣虛幻
從死到生，就像夢一樣了無痕跡

死後這副臭皮囊一把火燒了

呵呵呵！

燒得乾乾淨淨

好讓我徹底自由自在地吟風弄月

【分析與鑑賞】

回教的傳奇人物那斯魯丁教長，臨終前，在病床上躺了一段時間，有一天晚上，他忽然對太太說：「快點！親愛的太太，穿上妳最漂亮的衣服，在我面前跳舞！」

他太太不知所措，說：「唉！老公啊！你就快死了，在這個節骨眼，我哪有心情打扮呢？」說著說著就哭起來了。

大師一本正經地說：「親愛的，我說這話可不是逗妳玩的。死神正站在床邊注視著我，妳打扮漂亮一點兒，也許他會看上妳而放過我呢！」

呵呵呵！

那斯魯丁眞是幽默大師，臨死前還跟太太開玩笑。

不過他也結結實實地諷刺了世人貪生怕死的心態。

看看這首詩，死後，臭皮囊一把火燒了乾淨，落得完全無拘無束，這是何等灑脫的襟懷！

從前，成高子病危，人問：「還有什麼最後的心事要說？」

他笑了，說：「願生時有益於人，死後無害於人。」

遺命葬身骸於荒野，一惜沃地，二充肥料。

呵呵呵！

願生時無益於人的人，至少能做到死後無害於人吧！

253 三千諸佛同一母

斗峰道覺

一手拍兮一手鼓，無位眞人出格舞，
口中唱出無腔歌，三千諸佛同一母。

《續指月錄》卷十五頁二一三

【註】＊斗峰道覺：六祖下三十一世，嗣法於雙峰古音淨琴。
＊無位眞人：沒有位置可安立、沒有蹤跡可尋覓的眞人，是佛性的另一種代稱。

【白話新唱】

一手敲鼓一手打拍子
無位眞人走出藏身處快快樂樂跳起舞了！
口裏唱著沒有腔調的歌曲

我知道
所有的佛
有著共同的母親
是
那不可說的
佛性！

【分析與鑑賞】

這是斗峰道覺的悟道偈。他是看「萬法歸一，一歸何處」的話頭，有所省悟而寫了此偈，前去拜謁古音淨琴，古音印可，並對他讚賞有加。

「三千諸佛同一母」，的確是一句漂亮的話。《央掘魔羅經》卷三說：「八十億佛皆是一佛。」其實，包括你我在內，我們都是八十億佛之一，也是那「皆是一佛」。《如幻三昧經》說得更明白：「一切諸佛皆爲一佛，一切諸刹皆爲一刹。」在這「一即一切，一切即一」的高層境界裏，心、佛、

衆生，三者都毫無差別。

但是，如果都毫無差別，爲什麼這世界上，卻有這麼多不同的事物，連天上的雲都沒有兩朵是長得一模一樣的呢？

在最深的地方，萬事萬物是一；在現象上，萬事萬物呈現森羅萬象的豐饒富美。這就是宇宙的奇妙安排。

唐君毅先生說過：「我不僅需要永恆的眞理之存在，我還需要永恆的眞理之具體的表現。眞理是抽象的，無血肉的，只有具體的表現的眞理，才是有血有肉的。有血有肉的眞理是美。

「眞理要我超出直接感觸之世界，美則使我們重回到直接感觸之世界，而於其中直接感觸其所表現之眞理。」

這個世界，有眞理，也有美。套用斗峰道覺禪師的話，宇宙的運行流轉，正是「無位眞人出格舞」！舞出多采多姿的充滿生命力的娑婆世界。

254 唯爲大因緣

笑巖德寶

諸佛出於世，唯爲大因緣，
屙屎並放尿，飢餐睏打眠。
目前緊急事，人只欲上天，
談玄共說妙，遭罪復輸錢。

《續指月錄》卷十六頁二一六

【註】＊笑巖德寶（一五一二～一五八一）：六祖下三十二世，嗣法於龍泉正聰。

【白話新唱】

諸佛出現在世界上只爲一個大因緣
那就是吃飯、睡覺、大便、小便！

可是現在的修行人不重視這些
喜歡談玄說妙
只想憑空躍上天堂
這眞是大錯又特錯！

【分析與鑑賞】

笑巖德寶說：「諸佛出於世，唯爲大因緣，屙屎並放尿，飢餐睏打眠。」實在妙極了，規規矩矩的佛教徒看了這樣的「大不敬」的話，大概會臉色鐵青吧！就像當年德山宣鑒聽說有「禪」這玩意兒，可是憤怒之至，他說：「南方魔子，敢言直指人心、見性成佛，我當摟其窟穴，滅其種類，以報佛恩！」你看！禪是如此令人厭惡，要將禪者斬草除根，以報佛恩！

原本，《妙法蓮華經》〈方便品〉是這麼說的：「諸佛世尊唯以一大事因緣故，出現於世。諸佛世尊欲令衆生開佛知見，使得清淨故，出現於世。欲示衆生，佛之知見故，出現於世。欲令衆生悟佛知見故，出現於世。欲令衆生入佛知見故，出現於世。舍利弗！是爲諸佛以一大事因緣故，出現

於世。」

也就是說，諸佛出於世的大事因緣，乃是爲了令衆生開、示、悟、入佛之知見，使得清淨故！但是笑巖德寶竟然說是爲了吃飯、睡覺、大便、小便！禪師敢這麼「大逆不道」，正是因爲他們掌握了佛之知見，領悟到「道」遍及於一切處，吃飯、睡覺、大便、小便通通都是「道」，並非只有打坐、誦經、念佛才有「道」。甚至因爲對於佛法的執著，使得修行人在從事這些修行活動時，心有所求，以致於不修行還好，越修離道越遠。

道不遠人，人自遠道也！

255

示六一居士

憨山德清

世事忽如夢，人情空若雲，
誰知塵世裏，心靜即離群。

《憨山大師夢遊全集》卷三十七，卍續藏第一二七冊頁七四九上

【註】＊憨山德清（一五四六～一六二三）：明代四大高僧之一，十九歲時依雲谷法會出家，無師自悟，不在禪宗傳承內，有《憨山大師夢遊全集》五十五卷行世。

【白話新唱】

世事飄忽無常宛如一場夢
人情聚散離合猶如天上雲
有誰知道這個大秘密……

在塵世裏
心裏清靜就是遠離人群

【分析與鑑賞】

陶淵明有一首飲酒詩很令人喜歡：「結廬在人間，而無車馬喧，問君何能爾？心遠地自偏。採菊東籬下，悠然見南山。」

陶淵明的「心遠地自偏」與憨山德清的「心靜即離群」，實有異曲同工之趣。

人雖在塵世裏，只要心裏無塵，自然不爲紅塵所污染。禪宗的眞精神，並非一定要隱逸山林，但能心隱逸，身體住哪裏就不是那麼重要了。

六祖慧能曾說過：「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兎角。」這是很能代表禪宗的根本理趣。

只能住在城市，離了城市的舒服便利就不能生活的人，第四流人也。

只能住在林下水邊，一進城市就渾身不對勁的人，第三流人也。

第二流的人，小隱於山林，大隱於市，兩者皆宜。
第一流的人，人間不是我的家，却也不妨，處處無家處處家……

256

冉冉天香上衲衣

憨山德清

春深雨過落花飛，冉冉天香上衲衣，

一片閒心無處著，峰頂倚杖看雲歸。

《憨山大師夢遊全集》卷四十九，卍續藏第一二七冊頁八九七下

【白話新唱】

春天深了

春雨過後落花飛舞

芬芳的花香彷彿從天上傳來

慢慢襲上我的衲衣

心情安閒

沒有什麼好做的事
就在峰頂上倚著手杖看著白雲歸來

【分析與鑑賞】

憨山德清是一位很懂得山居情趣的人，他的《憨山大師夢遊全集》裏收錄了二十八首山居詩，這是第十九首。

有安閒的心情，又住在景物變幻萬端的山林裏，的確是一種非常享受的生活，讓自己身心的節奏與大自然的韻律諧調同步，這眞是人與道的完美契合。

有一次，我特別到南投縣清境農場附近拜訪一個道場，這裏是海拔一千八百公尺的山上，空氣潔淨無比。道場內住了五十餘人，不分男女老幼，每個人的雙頰都是漂亮健康的胭紅色。他們有自己的修行理論與方法，制訂了獨家的早課晚課。而在菜園、果園的勞動，是每個人的生活的一部分。都市人那種四體不勤、五穀不分的偏差，這裏沒有。

記得當晚，偶一擡頭，星星明亮異常！昴宿星團就像一團光霧在天空正中央散發迷人的光華，

天狼星像大鑽石一般閃著斑斕的光采，連若隱若現的銀河都清晰得宛在眼前！

唉！我不禁在內心歎著：「人就應該在這樣的地方享受啊！」

我說這裏的星星明亮異常，其實，哪裏是異常呢？這才是正常呀！是我所居住的臺北市空氣髒、光害嚴重，才不正常哩！

文明這條路，不會再往回走了，在文明與自然之間，什麼是最佳的平衡點？這是我們必須思考的問題。

我想像著，有一天，我們也可以像憨山德清一樣，一片閒心無處著，峰頂倚杖看雲歸……

257

世界光如水月

憨山德清

世界光如水月，身心皎若琉璃，

但見冰消澗底，不知春上花枝。

《憨山大師夢遊全集》卷四十九，卍續藏第一二七冊頁八八八下

【白話新唱】

世界宛如水月光潔

身心晶瑩剔透好似琉璃

只見到澗底的冰雪消融

却没注意到

春天的脚步

已悄悄走上枝上的花蕊

【分析與鑑賞】

這首六言詩很美，意境也極爲深遠，不能因它短短二十四字而輕忽。「世界光如水月，身心皎若琉璃」，並非文學上的誇飾之辭，而是憨山德清的眞實體驗。

憨山德清一生中有非常多的超常意識的經驗，例如他二十歲時，曾參加由雲谷法會主持的禪訓，認眞參「老實念佛」公案，在三個月中，如在夢中，不見有大衆，也不知平常生活中的事。禪訓結束後，走在人聲鼎沸的市集裏，如不見一人。

又如他三十歲時，於五臺山獨修，他日日坐在溪上的獨木橋，剛開始時，水聲澎湃，想不聽都不行。久而久之，動念才聽得到水聲，不動念就萬籟俱寂。直到有一天，忽然整個身體都忘記了，從此，所有的聲音都寂滅了，再也不會被外界的聲音干擾了。

還有一次，他在飯後經行時，忽然站著入定了，「不見身心，唯一大光明藏，圓滿湛寂，如大圓鏡，山河大地，影現其中。」直到他出定以後，覺得意識清醒無比，自覓身心了不可得。然後，他

發現，煮飯的鍋子都積滿灰塵了，這可眞是一次漫長的大定！

類似這些例子，還有許多，想更完整了解的讀者不妨自行參閱憨山大師的全集。

「但見冰消澗底，不知春上花枝」，前者冰消澗底是指無明染污的消除，後者春上花枝是指佛性重見天日後，將會發揮大機大用，就像春至萬花齊放一樣。所以，這句話或可詮釋爲：參禪者只要好好下功夫，無須有其餘妄想，一旦打破無明，見到自己的本來面目，各種人人本有的神通智慧都將水到渠成，不求自來。

258

雪裏梅花初放

憨山德清

雪裏梅花初放，暗香深夜飛來，
正對寒鐙獨坐，忽將鼻孔衝開。

《憨山大師夢遊全集》卷四十九，卍續藏第一二七册頁八八七下

【註】＊本詩原題名〈山居〉。
＊鐙：通「燈」字。

【白話新唱】

雪中的梅花剛剛開放
寒冷的深夜裏
我正對著燈火獨坐

香氣從黑暗中飛來
忽然將鼻孔衝開
啊！人間怎會有這麼美的香氣！

【分析與鑑賞】

暗夜梅香，衝開憨山德清的鼻孔，使他見到諸法的本來面目！

嗅覺，是人類的五種感官之一，我們身邊充斥著數不清的氣味，我們身體的每一個部位也都散發著特有的氣息。許多時候，我們對別人還沒有任何看法之前，鼻子就已經有了自己獨到的判斷，而不知不覺間影響了我們對人的喜歡程度。所以，有些聰明的人懂得運用香水來影響、吸引、甚至是蠱惑別人……

根據科學家的研究，人類可以分辨出一萬種以上的氣味。可是，非常奇怪的是，全人類所使用的語言，都極度缺乏關於氣味的詞彙。例如，我們說玫瑰花的香味眞是迷人，可是，我們沒辦法直接去形容玫瑰的香味，儘管我們能將玫瑰花的顏色、形狀描繪得十分精細，足以讓從未見過玫瑰花

的人一見到就知道這就是了。然而，我們絕對沒有辦法用言語來敍述玫瑰香，好讓從未聞過的人知道什麼是玫瑰香！

唯有聞過玫瑰香的人，才知道什麼是玫瑰香！嗅覺，眞是神秘莫測量，也許它是我們最接近眞理的感官吧！極爲奇妙的，《維摩詰經》裏描述了一個娑婆世界以外的佛土——衆香國，那裏的佛叫作香積佛，經文說：

爾時，維摩詰問衆香菩薩：「香積如來以何說法？」

彼菩薩曰：「我土如來無文字說，但以衆香令諸天人得入律行；菩薩各各坐香樹下，聞斯妙香，即獲一切德藏三昧，得是三昧者，菩薩所有功德皆悉具足。」

啊！多麼不可思議，聞聞香氣，就能使人開悟！而令人感歎的是，經文接下來又說：

彼菩薩問維摩詰：「今世尊釋迦牟尼，以何說法？」

維摩詰言：「此土衆生，剛強難化，故佛爲說剛強之語以調伏之！」

追尋文字語言的蹤跡，想要衝破開悟之門，是一條窒礙難行的險路。或許針對身邊無處不在的氣味，好好參究，才是「所有功德皆悉具足」的捷徑呢！

259

不知誰是主人公

憨山德清

竹林瓦枕足松風，午睡沈酣夢想空，
四體百骸俱作客，不知誰是主人公？

《憨山大師夢遊全集》卷三十七，卍續藏第一二七冊頁七五七上

【註】＊本詩原題名〈山中夏日〉。

【白話新唱】

在竹林裏頭靠在瓦枕上
松風吹拂著雙腳
深沈的午睡中沒有一點兒夢想
此情此景令人聯想到

身體就像旅館一樣
我們只是暫時客寓其中
不知道誰才是眞正的主人公？

【分析與鑑賞】

許多人都有過這樣的經驗，忙了一天後，晚上回到家，往床上一倒，就呼呼大睡，一覺到天明。因爲睡得很熟，那段熟眠的時光彷彿眨眼即過，什麼夢想都沒有。我們不禁要問：在這段宛如死去一般的熟眠階段，「我」跑哪兒去了？

我在從事催眠時，也常常發現一種受術者的典型反應：在催眠中處於長時間的無意識狀態。例如，有人事後報告說：「蠻奇怪的，當老師說：『從現在開始，你什麼都不會想了。』我忽然就睡著了，睡得很沈，當老師說：『當我從十倒數到一時，你們就會完全清醒。』還沒開始倒數，我就突然醒來了，中間說些什麼，我毫不知道，整整有三十分鐘腦筋一片空白。看了密密麻麻的問卷，我很驚訝老師曾經問過這麼多問題！」

我們不禁要問：在這三十分鐘的無意識狀態，「他」跑哪兒去了？

憨山德清在這首詩裏問道：「不知誰是主人公？」其實，這就是參禪者的奮鬥目標，要找出我們的身心的眞正主人。而這個問題的答案，不在書上，不在禪師的舌頭上，必須我們親自去找、去體悟，才派得上用場。

眞正的主人，傅大士詩云：「夜夜抱佛眠，朝朝還共起，起坐鎮相隨，語默同居止，纖毫不相離，如身影相似，欲識佛去處，只這語聲是……」

參參看！

260 但能放下自天然

憨山德清

空山寂寂絕諸緣，不學諸方五味禪，
參者不須向上求，但能放下自天然。

《憨山大師夢遊全集》卷三十八，卍續藏第一二七冊頁七六八上

【註】＊本詩原題名〈示寂知慧林二禪人〉。
＊五味禪：原指五種禪，包括外道禪、凡夫禪、小乘禪、大乘禪、最上乘禪。

【白話新唱】

悠閒地住在遠離諸緣的深山裏
不再到處參訪學習各種禪法了
有一句話送給參禪的朋友

佛性本自具足一切
你不需要再向上求什麼
只要能「放下」
自然就可以見到佛性了

【分析與鑑賞】

「但能放下自天然！」是重要的參禪心法。真理不需要追求，只要我們把妄想、成見放下，真理就自己顯現出來了。若有一念修行的心，等於是雪上加霜，更加障蔽自家的本來面目。

莊子說過一個寓言，即著名的「邯鄲學步」。

燕國的小孩，聽說趙國邯鄲人的步法優美，就來到邯鄲學習。

但是，這個小孩並沒有學會邯鄲人的步法，卻連自己原先的走法也忘記了，因此，他只好爬著回家。

我們降臨人間，學習物質世界的種種經驗，我們學到了如何勾心鬥角、如何發動大規模的世界戰爭、如何快速敗壞地球環境，也學到了痛苦、執著、妄想，學了這麼多，却失去了回家的路徑，無法回歸本源佛性。

放下！凡是能把捉的，都放下，凡是腦海裏浮現的概念，都丟一邊去。久而久之，自然就能「眼前盡是家鄉路，不用逢人覓指歸」！

261 水上蓮花舌上經

憨山德清

水上蓮花舌上經，一庵深鎖萬峰青，
松風日夜常宣說，可惜時人不解聽。

《憨山大師夢遊全集》卷三十八，卍續藏第一二七冊頁七六七上

【註】＊本詩原題名〈遊浮山於妙高峰下聞智燈禪人誦法華經因題於壁〉。

【白話新唱】

我看見了蓮花挺拔於水上
也聽見了從僧人舌頭上誦出來的《妙法蓮華經》
群山如此蒼翠
僧人卻深鎖在寺廟裏

不禁令人感歎
最深妙無上的佛經
一陣一陣吹來的松風
早已日夜不停地宣說了
可惜現代的人
都聽不懂

【分析與鑑賞】

大道無處不在，水上蓮花有，松風也常常宣說，當然，《妙法蓮華經》上也有，只不過那是二手貨了。

如果佛陀的追隨者，忘記了佛陀是在大自然的環境中悟道的，卻只想從佛經上尋找，恐怕是難難難！

禪師喜歡說：「驅耕夫之牛，奪飢漢之食！」你的執著所在，禪師就要一刀斬斷！

很殘忍嗎？一點兒也不，人都有慣性，如果這慣性是好的，人早應成聖成佛了！如果你對自己不滿意，那就表示你目前的生活慣性必須改變，才有機會誕生令你滿意的新的自己。

試試看，生活中有太多我們視爲理所當然的事情，如同這首詩裏提到的松風，在憨山德清的眼中就是一部《妙法蓮華經》，可是在我們眼中呢？所以，記得提醒自己，每一件事情都非常奇妙，不要慣性地對無處不在的眞理視若無睹。讓我們學習，以純眞的初心，觀照這個神秘的世界。

262

死盡偷心活計

憨山德清

死盡偷心活計，做成沒用生涯，
收拾無窮妄想，換將一朵蓮花。

《憨山大師夢遊全集》卷三十七，卍續藏第一二七冊頁七五〇上

【註】＊本詩原題名〈示衆〉。

【白話新唱】

斷絕那些在意識層面玩花樣的把戲
甘願過個平平凡凡的生涯
將那無窮妄想收拾乾淨
換成一朵開悟的蓮花

【分析與鑑賞】

這首示衆詩，作用是警惕修行者。

「偷心活計」是指，在意識層面玩花樣的把戲，例如有些人在禪定中，見佛、見菩薩、見殊勝景象，或者，出現通靈的現象，能與仙佛鬼神溝通、傳達旨意，或者，靈魂出體了，能夠上天堂、遊地府等等。一旦當事人以此沾沾自喜，甚至認爲自己是了不起的大師級人物，從此以後，解脫之路斷絕了。

「偷心」，另外還有一種意思，指有些事情明明知道不該做，對道業無益，卻又忍不住去做，還安慰自己：沒那麼嚴重吧！或者，有些事情明明知道非做不可，卻又找理由拖延，並且安慰自己：不做也不會怎麼樣嘛！

前者如明知抽菸對身體不好，也有礙更深的禪定，可是菸癮犯了就忍不住不抽。後者如明知想體會更深沈的意識境界，就應該持之以恆地每天靜坐，可是連續打坐了幾天就開始找藉口不做了。這些例子實在太多了！

所以，祖師們一再叮嚀：偷心不死，是修行人不能開悟證果的大敵！

邁向悟道的訣竅是，做該做的事，不做不該做的事，同時，善於分辨何者該做、何者不該做，然後，耐心等候時節因緣的成熟。

263

腳跟踏遍水雲鄉

憨山德清

腳跟踏遍水雲鄉，未離清涼古道場，
筋力漸衰心已倦，安眠飽食是行藏。

《憨山大師夢遊全集》卷三十八，卍續藏第一二七冊頁七六三上

【註】＊本詩原題名〈南岳山居〉。
＊清涼古道場：五臺山本名清涼山，相傳是文殊菩薩的道場，在此引伸爲「佛法遍一切處」。

【白話新唱】

我曾走過許許多多的地方
却從未離開過寂靜清涼的「眞理之地」
如今年紀已大身體不行了

也懶得到處廣學多聞了
現在我最喜歡做的事情就是
把飯吃飽把覺睡好

【分析與鑑賞】

這首詩述說了老禪師的心境，該看的都看了，該學的都學了，大道越來越親切，就在尋常飲水間。一場好覺、一頓飽飯，勝過五千卷佛經！

「脚跟踏遍水雲鄉，未離清涼古道場」，一言以蔽之，道滿天下，沒有一個地方沒有眞理。《指月錄》卷七裏有一則趣聞，就表達了這個見地。

僧衆說：「我們要去道場。」

這人伶牙俐齒，就譏笑說：「哪裏不是道場呢？」

僧衆一看這狂禪之徒來眞的，立刻一湧而上，一邊痛打，一邊說：「這傢伙眞沒道理，在道場上還騎著驢子不肯下來！」

上還騎著驢子不肯下來！」

我想，這是禪師好玩編出來的笑話，算是寓教於樂吧！

另外還有一則禪的笑話，也很妙。

「有一行者隨法師入佛殿，行者向佛而唾。法師曰：『行者少去就，何以唾佛？』行者曰：『將無佛處來與某甲唾。』法師無對。」

當然，這名行者也是愛作怪，世界這麼大，爲什麼偏偏要對著佛像吐痰呢？仰山慧寂就評說：「既然如此，法師就吐痰在行者身上吧！反正處處都是佛！」

「筋力漸衰心已倦，安眠飽食是行藏」，這是禪師的老謀深算之處。想想看，人生最幸福的事，還眞的是非安眠飽食莫屬了。

264 天邊鳥去不送

法杲

天邊鳥去不送，溪上雲來便看，
寓世豈存形跡，見人何必衣冠！

《雪山草》卷七頁八十四上，禪門逸書續編第三冊

【註】＊本詩原題名〈山居〉。
＊法杲（一五五五～一五九八）：字雪山，明代僧，工詩書畫，常於禪餘率徒衆徜徉林間，寫情詠物。有詩集《雪山草》九卷行世。

【白話新唱】

天邊飛去的鳥兒，我就不送了
溪上飄來的雲兒，我就觀賞了

就是這樣……

活在世上何必矯揉造作？

與人相處何必戴假面具？

【分析與鑑賞】

不要被世俗的相對價值制約住了，以爲那是絕對價值；不要被自己的成見矇蔽了，以爲這是唯一的眞實。

以事物的本來面目來看待，以內心純然的初心來回應。

就是這樣……

該接受的，欣然接受；該放下的，爽快放下。

有時候，當仁不讓；有時候，急流勇退；有時候，置身事外。

265

無始劫來只這個

無明慧經

無始劫來只這個，今日依然又這個，
復將這個了那個，這個那個同安樂。

《續指月錄》卷二十頁二六八

【註】＊無明慧經（一五四八～一六一六）：六祖下三十五世，嗣法於廩山常忠，有《無明慧經禪師語錄》四卷行世。

【白話新唱】

從無始劫以來就只是「這個」
今天要死亡了依然又是「這個」
我就用「這個」來結束「那個」
「這個」與「那個」一同安樂無事

【分析與鑑賞】

這是無明慧經的臨終遺偈。

禪師好像是童心未泯的老頑童，在臨死之前，還留下一個謎語讓弟子們去傷腦筋，什麼是「這個」？什麼是「那個」？什麼是「只這個、又這個、了那個」呢？

釋迦牟尼佛曾說：「止，止，不須說，我法妙難思。」

「這個」是不能說也不須說，不能說是因爲言語無法表達，不須說是因爲「這個」就一直在我們身邊。

當你親自聞到了蘭花的香氣後，你有辦法用說的來讓沒聞過的人也體驗到這蘭花香嗎？

當你聽了貝多芬的「田園交響曲」之後，你能用說的來讓從未聽過的人也體驗到「個中滋味」嗎？

難難難！

從前，大梅法常臨終時，正好聽到鼯鼠的叫聲，他應機說法：「就是這個，不是別的，汝等諸人善護持之，我走了！」

說完，就圓寂了。

什麼是「這個」？

參參參！

解開了這個謎語，就能得到「佛陀俱樂部」的會員金卡。

266 蛙鼓偈

浮石通賢

一池蛙鼓鬧塡塡，歷歷明明道口邊，
報道五湖林下客，從今不必競談禪。

出處不詳

【註】＊浮石通賢（一五九三～一六六七）：六祖下三十五世，嗣法於密雲圓悟，明末清初臨濟宗僧，有《浮石禪師語錄》十卷行世。

【白話新唱】

池塘裏一群青蛙呱呱叫
鬧烘烘
近前一聽，才知道

每一隻青蛙都在大聲談禪

阿彌陀佛！

當初拈花的佛陀都微笑而沈默了

現在居然有這麼多青蛙善說甚深禪法

喂！

各位散居五湖四海水邊林下的禪師們

從今以後不必再多費口舌談禪

讓人們去聽青蛙叫就行了！

【分析與鑑賞】

確實有人聽到青蛙叫而開悟了！

大慧宗杲的弟子張九成居士，苦參「柏樹子何時成佛」，有一天上廁所時，忽然聽到外頭青蛙叫，當場開悟，作了一首偈子說：「春天月夜一聲蛙，撞破乾坤共一家……」

蘇東坡都可以聽到潺潺水聲，說「夜來八萬四千偈，他日如何舉似人？」懂得的人，當然也可以從青蛙的叫聲，聽見「乾坤共一家」的眞理之聲。

注意！把青蛙聲「只能」聽成青蛙聲，是我們之所以是凡夫不能開悟的證明。

爲什麼我們就認定那是青蛙聲？

爲什麼我們就把世界看成是我們現在所看見的樣子？

這是大無明呀！

附記：整天談禪說禪的人，也要小心。說了太多話，製造太多噪音，跟青蛙叫也沒什麼兩樣了。

267

如今無處覓深山

箬庵通問

如今無處覓深山，但得心閒即閉關，
吳越不分煙水路，醉人秋色月初圓。

《禪宗雜毒海》卷二，卍續藏第一一四冊頁一三〇下

【註】＊箬庵通問（一六〇四～一六五五）：六祖下三十五世，嗣法於磬山圓修，明末清初臨濟宗僧，有《續燈存稿》十二卷、《箬庵問禪師語錄》十二卷傳世。

【白話新唱】

到了這個地步
不需要再去尋找隱居的深山了
只要心頭閒閒無事

這就是最棒的閉關
煙水迷濛中
天地混成一體
再也沒有南北的分別了
美麗的秋天裏
初圓的月亮
是多麼令人心醉神迷啊！

【分析與鑑賞】

閉關潛修，聽起來令人十分嚮往。在民間信仰裏，有些「神的代言人」很喜歡閉關，只要閉關一段時間後，全身彷彿就金光閃閃，可以替天行道了！從此，更能取得信徒的尊敬，香油錢當然滾滾而來。

閉關，變成在宗教舞臺上呼風喚雨的文憑了。

我們知道，在佛教裏，閉關爲的是參悟生死大事，以明心見性爲目標。甚至，有些行者發了大願，不破本參不出關，寧可死在小室之內，謂之「生死關」。

當年，釋迦牟尼佛未悟道前，在菩提樹下發願：「我今若不證無上大菩提，誓不起此座！」這可以說是佛教最早的「生死關」了！是以，閉關是一件極爲嚴肅的事情。（雖然在感情氾濫的俗人眼中，閉關頗有幾分浪漫色彩。）

想要閉關的人，還得有足夠的福報，才能具足閉關的地方與護關的工作人員；同時，自己必須有相當的見地與修持，才能在孤寂的空間中，找對法門，有恆心毅力地一路深入。否則，閉關不啻是自囚，甚至是自殺。

這首禪詩描繪悟道者的心境，「如今無處覓深山」！這是多麼快活的口氣！

大事已明，隨所住處恆爲道場，不再需要到深山裏尋覓閉關的好風水。

若硬是要談閉關，那麼，整個世界就是最大的關，打從人一生下來就開始閉關了！對悟道者來說，閉了這麼久的關，也該出來透透氣了。

「吳越不分煙水路，醉人秋色月初圓」，這是以美麗的文學語言敍述悟道者的無分別的內心世界。

有句話說：「初見法性如瀑流。」意思是，剛剛開悟的人難免特別歡喜，甚至手舞足蹈，樂不

可支，就好像剛剛出現的滿月最令人驚豔。當然，隨著越來越嫺熟於悟境，其後，就漸漸視爲平常了。

268

除夕

山茨通際

春回幽谷見梅新，雪水煎茶樂不勝，
誰道夜深年是盡？曉來依舊日東昇。

《禪宗雜毒海》卷八，卍續藏第一一四冊頁二〇〇上

【註】＊山茨通際（一六〇八～一六四五）：六祖下三十五世，嗣法於天隱圓修，著有《南嶽禪燈錄》八卷，及門人所編《山茨通際禪師語錄》四卷行世。

【白話新唱】

春天又來了
幽谷的梅花紛紛發出綠芽
這時取來甘美的雪水來煎茶

眞是愉快極了！

誰說除夕夜是一年的盡頭呢？

黎明時，太陽依舊從東方昇起！

【分析與鑑賞】

地球繞著太陽旋轉，一年一圈，而且十分有規律，使得人們建立起「年」的制度。如果地球的公轉速度忽快忽慢，也就沒有「年」這個時間單位了。

可是宇宙很奇妙，地球注定要規律地公轉，不能想快就快、想慢就慢。因爲地球的公轉是宇宙運行的一個小環節，這個小環節的正常運作就代表大宇宙也會正常運作。

在中國，我們有兩種新年可以過，一個是太陽曆的，一個是太陰曆的。前者以地球的公轉爲主，後者以月球繞地球的公轉爲主，對一般人來說，反正兩者的新年都可以放假，倒也不必非深入認識不可。

但是，新年開始的那一天，是聰明的人類自己訂定的，不是本來如是的。地球每天都規律地循

著黃道散步，走著它該走的路，沒有假期、沒有新年，也沒有什麼「黑色星期五」。對地球來說，眞的是「日日是好日」。

同樣的，除夕也是人們自己制訂的。當我們中國人歡欣鼓舞地在大年夜圍爐團聚，準備迎接農曆新年時，老外們的生活步調仍然一如往昔，因爲他們不過農曆年。

是以，這首詩巧妙地將「年」做爲「人爲造作」的象徵，而大自然則宛如依照本來面目而平常度日的悟道者。

「誰道夜深年是盡？曉來依舊日東昇」，提醒我們，人類製造出來的概念、制度，已經不知不覺滲透到我們的宇宙觀、時間觀、人生觀之中，而這些都可能是開悟的絆脚石，必須小心謹愼呀！

269

白雲與我最相知

湛然圓澄

白雲與我最相知，我住山時他亦隨，

侵早和風辭嶂外，晚來依舊護柴扉。

《湛然圓澄禪師語錄》卷八，卍續藏第一二六冊頁二九七下

【註】＊湛然圓澄（一五六一～一六二六）：六祖下三十六世，嗣法於大覺方念，有《宗門或問》一卷、《湛然圓澄禪師語錄》八卷行世。

【白話新唱】

白雲是我最好的知音

我住到山裏他也跟到山裏

早晨風起

白雲就離開群山遠遊
傍晚時
白雲又回來
依舊守護我簡陋的茅屋

【分析與鑑賞】

在湛然圓澄的筆下，白雲彷彿變成了有靈性、忠心耿耿的好朋友，不但隨他住山去，還懂得在傍晚的時候，回來與他作伴，守護家園。這是禪師的「白雲狂想曲」嗎？

當然，我們可以這麼分析，白雲就是象徵與我們形影不離的佛性，而作者不過是以擬人化的手法來描寫而已。白雲離去，象徵我們忘失了佛性，在物質世間辛苦地體驗各種酸甜苦辣，就像白天驕陽如火；白雲歸來，象徵我們完成了物質世間的功課後，又回歸佛性的寂靜清涼，就像入夜後，清風徐來……

只不過，除此之外，這樣的「擬人化」的描寫，還令我聯想到，有沒有可能，白雲雖是聚散不

定，但「她」也可能是有意識的，不是無情之物？

古印度的耆那教徒認爲，大地是有生命、有感覺、有意識的，所以我們走在地上時，脚步要輕緩，以免把大地踩痛了！

這只是印度人的浪漫想像嗎？

尖端的量子物理學家發現，構成物質的基本粒子是有意識的，粒子與粒子之間，甚至能夠「心電感應」！

這是科學家的瘋狂嗎？

六祖慧能悟道時，脫口而出說：「何期自性本自清淨！何期自性本不生滅！何期自性本自具足！何期自性本無動搖！何期自性能生萬法！」

佛性能生萬法，萬法都具足佛性，這是一體兩面的存在，是千百年來悟道者的體驗。

像這樣的「事實」，只要我們肯多思索一下，就會覺得「我們眞的是活在不可思議的大神秘裏」！從而更能在紅塵中發現平凡生活自有不平凡的意境，更能體會「飢來吃飯睏來眠」的奧義。

白雲與我最相知……

270 東興隆主人借閱大藏

呆翁行悅

盡道拭瘡疣故紙，是非今古數如麻，
果然拭得瘡疣否？一一從頭要驗他。

《禪宗雜毒海》卷三，卍續藏第一一四冊頁一四一上

【註】＊呆翁行悅（一六一九～一六八四）：清代僧，著有《列祖提綱錄》一卷。

【白話新唱】

大家都說佛經是一堆擦瘡疣膿汁的陳年舊紙
這種評論的數量很多很多
但是呢，佛經眞的能把人們的瘡疣擦乾淨嗎？
那還得你親自來檢驗呢！

三、見牛：

黄鶯枝上一聲聲，日暖風和岸柳青，只此更無迴避處，森森頭角畫難成！

四、得牛：

竭盡精神獲得渠，心強力壯卒難消，有時才到高原上，又入煙雲深處居。

五、牧牛：

鞭索時時不離身，恐伊縱步入埃塵，相將牧得純和也，羈鎖無拘自逐人。

六、騎牛歸家：

騎牛迤邐欲還家，羌笛聲聲送晚霞，一拍一歌無限意，知音何必鼓唇牙？

七、忘牛存人：

騎牛已得到家山，牛也空兮人也閒，紅日三竿猶作夢，鞭繩空頓草堂間。

八、人牛俱忘：

鞭索人牛盡屬空，碧天遼闊信難通，紅爐焰上爭容雪？到此方能合祖宗。

九、返本還源：

返本還源已費功，爭如直下若盲聾？庵中不見庵前物，水自茫茫花自紅。

十、入鄽垂手：

露胸跣足入鄽來，抹土塗灰笑滿腮，不用神仙眞秘訣，直教枯木放花開。

272

十牛圖頌之二：初調

普明

我有芒繩驀鼻穿，一迴奔馳痛加鞭，
從來劣性難調制，猶得山童盡力牽。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二一下

【白話新唱】

我用芒繩穿在牛鼻上
好讓牠安守本分
如果牠敢胡亂奔馳
我就舉鞭痛打
但是牠劣性根深難以調制

還得讓牧童盡力牽住牠
以免牠脱韁而去

【分析與鑑賞】

這首詩敘述這頭牛要開始接受調教了，首先給牠芒繩穿鼻，好限制牠不會亂跑。然後，如果牠敢亂跑，就舉鞭痛打。但是，野慣了的牛是不會這麼容易被馴服的，牠仍不時想逃跑，所以牧童還要用力牽住牠。

這就像剛開始修行的人，身心猶有許多習氣，常常不知不覺被習氣牽著鼻子走。正如芒繩之於牛，戒律是有必要的，使人止惡向善，明確知道什麼是該做、什麼是不該做的。

剛開始學習靜坐的人，更能體會到這首詩幾乎就是在形容心的難以駕馭。一串接一串的念頭像瀑布一樣，滔滔不絕，帶著我們上天下地，直須費盡氣力，才能勉強把心拉回來。

在「未牧」時，牛兒被無明的衝動逼迫著亂衝亂撞，對自己的所作所爲是沒有自覺的；到了「初調」時，靈性已有少分覺醒，却又經常身不由己地陷入貪瞋癡的習氣中，所以常有「無力感」，感到

【分析與鑑賞】

古代能擁有整套大藏經的幾乎都是大叢林大寺廟才有，不像現代人到圖書館走一趟或花個幾萬元就可把兩千五百年全部佛教寶藏搬回家裏——一套大藏寶經的價格，不過相當於一輛摩托車或一套中等音響。現代人有福氣，却不知有沒有智慧氣哩！

呆翁行悅在詩中把德山宣鑒的名言「十二分教是拭瘡疣紙」重新詮釋，將人們的不明本心、昧於實相比喩爲瘡疣，而佛經能不能扮好稱職的拭瘡疣紙呢？就看個人如何發揮了！

在《六祖壇經》裏，六祖慧能曾經對一位專門誦讀《法華經》的法達比丘開示後，法達問了一個問題說：「是不是只要明白佛經的意思，就不必誦經？」

六祖說：「經有何過，豈障汝念？只爲迷悟在人，損益由己。口誦心行，即是轉經，口誦心不行，即是被經轉。」

後來法達比丘開悟後，還是依照過去的習慣，每天誦經，誦得開開心心。

果然拭得瘡疣否？看人啦！

271

十牛圖頌之一：未牧

普明

猙獰頭角恣咆哮，奔走溪山路轉遙，
一片黑雲橫谷口，誰知步步犯嘉苗。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二一下

【註】＊普明：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

頭角猙獰的牛兒恣意咆哮
在溪山荒野狂亂奔走
離開回家的路越來越遙遠
一片黑雲橫阻於谷口

昏暗中不能辨路徑的莽牛
更是每走一步就採壞了農人插好的秧苗

【分析與鑑賞】

以牧牛來比喻心性的修持，由開始的「未牧」到最終的「雙泯」，分爲十個階段，每一階段都繪圖、頌詩，來闡明其中的蘊涵，即是著名的《十牛圖頌》。

「牧牛喻」起源於原始佛教時代，釋迦牟尼佛曾經在《放牛經》以牧牛十一法來談比丘的修行須知。

在中國的禪宗，最早見於南泉普願的開示，《指月錄》卷八記載，有一次上堂時他對大衆說：「王老師自小養一頭水牯牛，擬向溪東牧，不免犯他國王水草，擬向溪西牧，不免犯他國王水草，不如隨分納些些，總不見得。」

王老師是南泉普願的自稱，這段話中，牧牛象徵修心養性，溪東、溪西是象徵以分別心看世界產生的二元對立，犯他國王水草則比喻遠離中道、有所偏差。所以，「不如隨分納些些，總不見得」

就是不起分別心，以平常心是道，這就是一頭逍遙自在的好牛了。

在他之後，牛的蹤影出現在許多公案語錄裏，歷代都有頌古詩，一直到了普明禪師才畫成圖，形成完整的十牛圖的版本。

這第一首〈未牧〉，敍述牛未穿鼻，野性狂亂，咆哮奔走，踐踏嘉苗。「一片黑雲橫谷口」，正是比喻佛性被無明遮蔽，使得人們就像這頭野牛一樣，被無明的驅力控制，不能回到正路上。所以，我們要開始來牧牛了。

附記：

十牛圖頌有兩種版本，除了本書介紹的從「未牧」到「雙泯」，另一種是從「尋牛」到「入鄽垂手」，乃是宋代廓庵禪師的手筆，抄錄如下。

一、尋牛：

茫茫撥草去追尋，水闊山遙路更深，力盡神疲無處覓，但聞楓樹晚蟬吟。

二、見跡：

水邊林下跡偏多，芳草離披見也麼？縱是深山更深處，遼天鼻孔怎藏牠？

274 十牛圖頌之四：迴首

普明

日久功深始轉頭，顚狂心力漸調柔，
山童未肯全相許，猶把芒繩且繫留。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二二上

【白話新唱】

隨著時間的累積
對牛下的功夫越來越深
牛兒的野性逐漸轉柔和
從狂亂轉向平靜
但是，牧童還不能完全信賴牠

還要用芒繩繫住牠
不讓牠自由行走

【分析與鑑賞】

本階段是繼承前一階段的「量的深化」，量的累積到了一定程度以後，開始產生「質的轉變」。「迴首」，指到了這一階段，出現了轉捩點：牛開始改惡向善，揚棄舊的自我，建設新的自我。牛兒經過長期的調教，已經習慣新的行爲模式了，原本的野性氣質也變得柔和了，更能遵從牧童的指揮，欲前欲後、欲左欲右，都能令牧童滿意。

不過，牧童還不能百分之百肯定牠，穿在鼻子上的芒繩還保留著，當牧童不在牛兒身邊時，仍然要把牠繫好，以防萬一。

到此階段，靈性已能當家做主，雖然無明的力量仍然不時蠢動，卻已經無法撼動我們前進的方向了。

附記：

玉琳通琇和詩曰：

莫道功深始轉頭，牛無背面與剛柔，山童但得狂心歇，鼻孔彌天絕去留。

275 十牛圖頌之五：馴伏

普明

綠楊蔭下古溪邊，放去收來得自然，
日暮碧雲芳草地，牧童歸去不須牽。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二二上

【白話新唱】

牛已馴伏
在幽靜的溪邊綠楊樹蔭下
牧童放下手上的芒繩
讓牛自己吃草喝水去
不再擔心牠野性復發

開悟成佛是一件遙遠的夢想。

這個階段，是最受煎熬、痛苦不堪的時候，若能有良師益友從旁協助，將會比較順利地度過。

附記：

在眾多的和詩中，玉琳通琇的作品純以第一義諦來觀照，別有禪趣，在此先將前二首詩抄錄於下以供讀者賞玩：

未牧：

牛本荷人人不識，胡行亂躍隔迢遙，一回摸著牛兒鼻，大千沙界沒莖苗。

初調：

寄言識得牛兒者，莫學時流強策鞭，我是牛兮牛是我，分明無二若為牽？

273 十牛圖頌之三：受制

普明

漸調漸伏息奔馳，渡水穿雲步步隨，
手把芒繩無少緩，牧童終日自忘疲。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二一下

【白話新唱】

這頭莽牛越調教越馴服
不會再亂跑亂撞了
然而牧童仍然緊握手上的芒繩
絲毫不敢大意
當牛兒行走渡河時

牧童在後面步步跟隨
以免牠突然狂性大發
牧童全心牧牛
自有無窮樂趣
雖然整天工作也不覺疲累

【分析與鑑賞】

到了第三階段，牛的野性漸漸淡化了。但是，牧童仍然要緊握手上的芒繩，才能控制牛兒行走的方向。

就心的鍛鍊來說，修行人到了這個階段，已經初步具備控制心念的能力了，要數息就能專心數息，要念佛就能專心念佛，妄想紛飛的情形少很多了。

但是，如果牧童放掉手上的芒繩，牛兒還會乘機開溜，重回狂野的慣性。所以，修行人必須再接再厲，不可懈怠，否則就前功盡棄。

好在，修行人這時也品嘗到滋味了，能夠感受到修行的樂趣，毋須像前一階段的勉強，自己願意繼續努力下去，故曰：「牧童終日自忘疲。」

附記：

玉琳通琇和詩曰：

牧童但不迷頭去，純白牛兒到處隨，非比道途販賣客，橫騎倒捋自無疲。

附記：

玉琳通琇和詩曰：

本自倏然絕絆羈，知恩豈肯強牽拘？縱橫飛舞無留跡，誰信那伽定有餘？

277 十牛圖頌之七：任運

普明

柳岸春波夕照中，淡煙芳草綠茸茸，
飢食渴飲隨時過，石上山童睡正濃。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二二下

【白話新唱】

夕陽、楊柳岸、春色迷人的水波
淡淡的煙霧、綠茸茸的草地
就在這麼美麗的風景中
牧童躺在石頭上睡意正濃
任憑牛兒飢食渴飲

牠想去哪兒都隨牠去吧！

牧童完全信任牠了

【分析與鑑賞】

這個階段，令人聯想到孔老夫子說的：「從心所欲，不逾矩。」修行至此，天機勃發，冬天取暖，夏日避暑，飢來吃飯睏來眠，非算計思維，皆出於天眞自性，沒有絲毫造作、勉強。大自然的美景常在，只是從前心神竭盡於修行上，直到如今，修行人開始行有餘力，得以從容欣賞森羅萬象之美，如本詩所寫「柳岸春波夕照中，淡煙芳草綠茸茸」。

平常生活裏的細節，如喝水飲茶、作菜燒飯，開始顯現宇宙的莊嚴，做愛與打坐一樣清淨，上廁所與上佛堂拜佛誦經一般神聖，在高速公路上大塞車也感到別有興味。

附記：

玉琳通琇和詩曰：

不分內外與邊中，傍水尋芳入亂叢，回首東山吐新月，騎歸茅屋興猶濃。

278

十牛圖頌之八：相忘

普明

白牛常在白雲中，人自無心牛亦同，
月透白雲雲影白，白雲明月任西東。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二二下

【白話新唱】

牛兒的野性完全消失了
全身純白
白牛常在白雲裏
似乎隱匿無蹤了
牧童無心牧牛

夕陽西下滿天紅霞
綠草地上
人牛一同走在回家的路上
不須牽繩
牛兒自然跟在牧童身後

【分析與鑑賞】

到此階段，這頭牛已經收放自如，不需牧童擔心牠了，芒繩可以放下了，牧童也省力氣。如果要牛做什麼，牛兒倒也十分聽話，要牠往東就往東，往西就往西，不會對牧童的命令打半分折扣。

不過，牧童仍然待在牛身邊，偶爾以眼睛的餘光瞄牠幾眼，並且要給牛下達指示，因為牛還沒到達自動運轉的地步。

就心的鍛鍊來說，修行人已經完整具備心的控制能力，可以專注於一境，毫無雜念。但是，尚

未見到心的本來面目。

附記：

玉琳通琇和詩曰：

尋常逐逐營營者，謾道長調方怗然，見徹斯牛無往返，始知多載枉拘牽。（怗然：服從。）

276

十牛圖頌之六：無礙

普明

露地安眠意自如，不勞鞭策永無拘，
山童穩坐青松下，一曲昇平樂有餘。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二二上

【白話新唱】

牛兒越來越乖巧
牧童再也不需要鞭策牠
穿鼻芒繩也可以解下來了
就隨意地讓牛兒露天睡在地上
不必關在牛棚裏

牧童輕輕鬆鬆安坐樹下
信口吹笛
在昇平樂曲中
人牛同感安閒愉悅

【分析與鑑賞】

前一階段，雖然卸下了穿鼻芒繩，但牧童仍然執鞭，以備不時之需。到此無礙階段，連鞭子也放下了，牛兒任牠睡在露地上，不再擔心牠去踐踏嘉苗了。牧童也開始享受清閒的樂趣，愛做什麼就做什麼。

就修行人來說，從前聽音樂怕耽溺於靡靡之音，看電視電影怕誘發無明欲念，如同老子所說的「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁畋獵令人心發狂」，已經不再障礙了。

所以，修行人可以考慮做利益眾生的佛法事業了。先前，自己還是個泥菩薩，在滾滾紅塵中能否安然無恙都不太有把握，現在，算是夠格了。

280 十牛圖頌之十：雙泯

普明

人牛不見杳無蹤，明月光寒萬象空，
若問其中端的意，野花芳草自叢叢。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二三上

【白話新唱】

人與牛兒雙雙不見了
月光明亮、清寒
照出萬事萬物空寂的本質
如果你要問
這其中蘊涵了什麼終極的道理呢？

你看大自然
花花草草依然生機勃發

【分析與鑑賞】

雙泯，「人牛不見杳無蹤」，沒有能牧的人，也沒有所牧的牛，猶如沒有能修行的人，也沒有所修行的法。我執與法執，連根拔除，所有的對立，皆融攝於佛性中，即「明月光寒萬象空」。

這時候，一草一木，都是佛性的全體展現。

修道就像繞個大圓圈，走了老遠老遠，結果又回到原點。最初的起點就是最後的終點，可是呢，表面相似實不同，同樣是「野花芳草自叢叢」，境界大不同。

青原惟信禪師說：「老僧三十年前未參禪時，見山是山，見水是水；及至後來親見知識，有個入處，見山不是山，見水不是水；而今得個休歇處，依前見山只是山，見水只是水。」

未參禪前與得個休歇處後，都是見山是山，見水是水，兩者的境界却有雲泥之別。

十牛圖，等於是將修道的歷程分爲十個階段，可以做爲修行人自我檢驗的參考。蓮池株宏曾在

序裏說：「普明未詳何許人，圖頌亦不知出一人之手否，今無論。唯是其爲圖也，象顯而意深，其爲頌也，言近而旨遠。學人持爲左劵，因之審德稽業，俯察其已臻，仰希其所未到，免時得少爲足，以墮於增上慢地，則裨益良多。」

問問自己，你是第幾頭牛呢？

附記：

玉琳通琇和詩曰：

誰爲所牧誰爲牧？認影牽風徹底空。有問其中端的意，早知芻犬吠茅叢。

281 我有神珠一顆

茶陵郁山主

我有神珠一顆，久被塵勞關鎖，
今朝塵盡光生，照破山河萬朶。

《指月錄》卷六頁一一三

【註】＊茶陵郁山主：生平不詳，《指月錄》卷六記載：「茶陵郁山主，不曾行脚，因廬山有化士至，論及宗門中事，教看『僧問法燈：百尺竿頭，如何進步？燈曰：噁！』凡三年，一日，乘驢度橋，一蹋橋板而墮，忽然大悟，遂有頌云：『我有神珠一顆，久被塵勞關鎖，今朝塵盡光生，照破山河萬朶！』因茲更不遊方。師爲白雲端禪師得度師。」

【白話新唱】

我本來就有一顆光明燦爛的神珠

牛也無心妄動
人牛兩忘
月光透過白雲
白雲更加白晢
月亮任白雲東飄西遊
白雲也任憑月光照耀四方

【分析與鑑賞】

「相忘」，人忘了牛的存在，無心牧牛，牛也忘了人的存在，自由來去。

在前一階段「任運」，雖然人牛都逍遙自在，但是人與牛仍爲對立，互相還意識到對方的存在，到此階段，則彼此忘懷，取得更大的自由度。

相忘，比喻修行人無心修行，一切起心動念自然與道契合。所以，牛兒至此，全身純白。

「月透白雲雲影白，白雲明月任西東」，月亮代表佛性，白雲代表現象界。這話的意思是，修行

人到此階段，已了悟佛性與森羅萬象不二，從一花一草一木都能明見佛性，所以任西任東，無不如意自在。

附記：

玉琳通琇和詩曰：

強把全軀分二體，計窮力盡始知同，他長我短俱休問，說什人西與物東？

279

十牛圖頌之九：獨照

普明

牛兒無處牧童閒，一片孤雲碧嶂間，
拍手高歌明月下，歸來猶有一重關。

《十牛圖頌》，卍續藏第一一三冊頁九二二下

【白話新唱】

牛兒不見了
牧童無牛可牧更是清閒自在
猶如孤雲悠遊於碧綠山巒間
明月照耀下
牧童在回家的路上拍手高歌

只差最後一關就功行圓滿

【分析與鑑賞】

「牧牛」，牧到牛兒消失不見了，無牛可牧，比之於先前的無心牧牛，又更上一層樓，這也是牧牛的最高境界了。再來，就剩下牧童自己的問題了。

獨照，指法執已徹底根除，唯留一絲微細的我執，隱隱約約在那裏觀照著，這是最後必須打破的關卡。

法執根除後，一種巨大的自在感出現了，猶如一片雲悠遊於遼闊的碧綠山巒之間，許多修行人到此階段就已感到美妙至極，不復思再向上一著了。如果沒有大宗師的耳提面命，突破難！

附記：

玉琳通琇和詩曰：

頂破虛空蹈碎地，不留一物雜其間，孤孤迥迥雖堪羨，瞥爾知羞始透關。

長久以來被塵垢遮蔽封鎖
我幾乎忘了它的存在
好在今天摔了一跤
把神珠上的塵垢抖掉
發出萬丈光芒，照天照地

【分析與鑑賞】

我有神珠一顆——很明顯的比喻，以神珠代表人人本具的佛性。其實，佛性一辭，已經是以一名詞來表達那不可表達的；神珠一顆，同樣是比喻那不可比喻的。

對於已悟道的人，他倒也不介意用有限的辭語表達無限，因爲他很清楚什麼是無限。但是，未悟的人若想從辭語來理解「無限」，那是毫無意義的嘗試。

這首偈子表達出我們的內在，無限智慧的泉源，可以發出無量的光明，這光明是本來就存在，只是被遮蔽而已。頃刻之間，我們的小我與無限合一，再也沒有時間、空間的界限，故說「照破山

河萬朵」。

有趣的是，後來這首偈子間接幫助了白雲守端的開悟。

《指月錄》卷二十七記載，白雲守端起先跟著茶陵郁禪師出家，其後又到楊岐方會那裏參學。

有一天，楊岐問他：「你的剃度師是哪位？」

白雲說：「茶陵郁和尚。」

楊岐說：「我聽說他曾經過橋時，被驢子摔下橋而開悟，作了一首偈子很特別，你記得嗎？」

白雲就一本正經地背誦：「我有明珠一顆，久被塵勞關鎖，今朝塵盡光生，照破山河萬朵。」

楊岐忽然大笑，轉身就走開了。

白雲守端愕然，搞不懂楊岐的意思，想了一整個晚上睡不著。

第二天天剛亮，白雲立刻跑去找楊岐詢問，楊岐說：「昨天有沒有看見驅邪的小丑？」

白雲說：「有！」

楊岐說：「你還比不上小丑哩！」

白雲說：「爲什麼？」

楊岐說：「小丑喜歡人家笑，你却怕人家笑！」白雲守端被指出了我執所在，忽然大悟。

282

簷頭雨滴

無名僧

簷頭雨滴，分明歷歷，
打破乾坤，當下心息。

《指月錄》卷十一頁二〇三

【註】＊無名僧：姓名、來歷不詳。

【白話新唱】

從簷頭滴下的雨水
一聲一聲清楚分明地說出諸法實相
好像滴在我的心上
打破我心中的幻相

當下心安自在

【分析與鑑賞】

從前，有人問趙州和尚：「如何是祖師西來意？」

趙州說：「庭前柏樹子。」

這成了一段後代參禪者常常參究的公案，爲什麼一粒平凡無奇的庭院前柏樹的種子，就是達摩祖師從印度來到中國所要傳授的無上智慧？

《指月錄》卷十一記載，一百年後，有位來歷不詳的無名僧請問業縣歸省禪師：「趙州和尚說的庭前柏樹子到底是什麼意思？」

業縣歸省說：「我願意冒大不諱爲你說破這個大秘密，但不知你願不願意相信？」

無名僧說：「和尚不輕易開口說法，只要您說的，我怎敢不信？」

業縣歸省就說：「你可聽到從簷頭滴下的雨水聲音嗎？」

無名僧忽然一驚，發出「啊！」的一聲，頓時明白了。

業縣歸省問他：「你見到什麼道理呢？」

無名僧就做了這個精簡的偈子呈上。

西方的詩人布雷克說：「一沙一世界，一花一天堂。」無巧不巧地，東方中國的古代禪者龐蘊說：「一念心清淨，蓮花處處開，一花一淨土，一土一如來。」

在最微不足道的平凡事物中，已顯露眞理無所不在的蹤跡。人們所需要的不是到什麼神聖之地瞻仰聖蹟，而是當下頓息妄念，不再把自己的想法、情緒、欲望投射在萬事萬物，即可頓時見到諸法實相。

禪，所要教人的不過是，看清楚！

283

春至百花開

無名僧

諸法從本來，常自寂滅相，
春至百花開，黃鶯啼柳上。

《五燈會元》卷六頁一四〇

【註】＊作者不詳。

【白話新唱】

世界上萬事萬物萬理
本來就是寂靜不動不生不滅
只不過人們惑於感官的幻覺
把世界視爲熱鬧非凡的萬花筒

修道的人呀！不要被外表迷惑！
春天到了百花開
這是道的寂靜之色
黃鶯鳥兒在柳樹上歡唱
這是道的寂靜之聲啊！

【分析與鑑賞】

《五燈會元》卷六記載：「昔有僧因看《法華經》至『諸法從本來，常自寂滅相』，忽疑不決，行住坐臥，每自體究，都無所得，忽春月聞鶯聲，頓然開心悟。遂續前偈曰：『諸法從本來，常自寂滅相，春至百花開，黃鶯啼柳上。』」

所以本偈是一首開悟偈，蘊藏著古德的開悟心情，滿溢灼然的生機，浩瀚無邊的喜悅之情——雖然諸法皆是寂滅相，宇宙仍是活力無限！

這是令凡人狐疑的弔詭，一如佛法說「四大皆空」、「一切有為法，如夢幻泡影」，可是在常識的

認知上，四大眞實得不得了，一切有爲法也具體無比。一把鋭利的刀子捅過來，還是可以刺死一條好漢，空在哪裏？夢幻泡影又在哪裏？

這位無名僧就是起了疑情，日夜參究，終於在更深的層面找到超越對立、弔詭的新天地。

284

主人公

無名老宿

五蘊山頭一段空，同門出入不相逢，
無量劫來賃屋住，到頭不識主人公。

《指月錄》卷七頁二十六

【註】＊作者不詳。
＊五蘊山：對人的比喻。

【白話新唱】

我們與佛性一起住在五蘊山
往往同門出入卻碰不上面
無量劫來我們不斷住在租來的房子

竟然不認識真正的主人！

【分析與鑑賞】

宇宙是個黑箱子，我們看見宇宙種種奇妙的現象，却不知道黑箱是如何進行內部作業。科學家竭盡思慮，勉強打開了黑箱的一部分，却又發現裏頭猶有黑箱，彷彿宇宙的黑箱永遠開不完。

人的身心活動，同樣有一座神秘的黑箱，我們的身體會產生各種飢、渴、暖、飽的反應，我們的心理有各種喜怒哀樂的情緒，這一切對我們來說似乎很自然，其實，這個黑箱的運作是非常複雜而精密，使我們幾乎忘了它的存在。

人們如果夠敏銳，必然會在自己身上發現無數奇妙事物，不要說宇宙的誕生、超級電腦的運作，比方說，正在閱讀本書的朋友，你不妨暫時停止閱讀，反問自己：「剛才我是怎麼一路閱讀到這個段落？我的內在是如何運作，使我能明白這些文字的意思？」

常常在當下問自己：「現在正在運作的我，是誰呢？」

比如說，正在閱讀時，我問自己：「閱讀的我是誰呢？」跑步時，反問自己：「跑步的是誰呢？」

生氣憤怒時反問自己：「發脾氣的是誰呢？」甚至在花前月下、濃情蜜意時，反問自己：「到底是誰在做這些呢？」

這樣，你發出了詢問的訊息，眞正的主人公才有機緣向你打招呼，總要給他一個機會吧！

285

春在枝頭已十分

無名尼

盡日尋春不見春，芒鞋踏破嶺頭雲，
歸來偶把梅花嗅，春在枝頭已十分。

《鶴林玉露》卷六

【註】＊無名尼：生平不詳。

【白話新唱】

花了所有時間到每個地方尋找春天
越找春天越找不到春天
直到芒鞋踏破了
再也無處可找了

我也死心了……
在回家的路上
偶然拈起一株梅花
幽香襲人
啊！
春天原來早就在枝頭上了！

【分析與鑑賞】

原來，走遍天涯路，才發現春天就在尋常可見的事物上。

原來，修行了半天，參訪了各地大師，才發現大道就在伸手可及之處。

原來，幸福不在遙遠的彼岸，而在此時此刻。

無名尼的這首悟道詩，沒有任何一個佛學名相，自自然然說出悟道的體驗，與佛陀的夜睹明星一般優美，是禪詩中的精品。

286

山川俱在目

葛廬覃

風捲浮雲盡，青天絕點埃，
山川俱在目，何必上高臺？

《指月錄》卷二十三頁四〇三

【註】＊葛廬覃：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

風捲走了所有遮蔽天空的浮雲
青天沒有一點瑕疵
像藍寶石一般澄澈透明
這時候，放眼望去

大地山河，全數清晰映入眼底
何必登上高樓呢？

【分析與鑑賞】

「風捲浮雲盡」，象徵開悟時，洞透一切的智慧，宛如一陣風吹走了所有的無明浮雲。
「青天絕點埃」，象徵無明浮雲盡後，露出原本光華瑩潔的佛性。
「山川俱在目」，象徵萬事萬物的本來面目都已經在眼前了！
「何必上高臺」，卻是說明了不必再漸進式地修行了，不必再藉著改變觀點、立場來尋求對事物更全面的認識了，因爲，就在此時此刻，你已洞透一切的本質了。

287 一切都没有我的份

木庵瓊首座

捨筏懷兼濟，逢耕更問津，
却將未歸意，說與欲行人。

《禪林類聚》卷二十，卍續藏第一一七冊頁二四六上

【註】＊木庵瓊首座：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

已經到岸的人應該把船筏捨棄了
可是想到還有人需要這艘船……
已經沒有自己問題的人關心的是別人的問題
怎麼樣才能讓自己擁有更多教導眾生的方便善巧呢？

爲什麼原本可以超凡脱俗的人依然留在世界上呢？

這種情懷哪裏是只把眼光放在自己身上的人可以明白！

一切都沒有我的份……

【分析與鑑賞】

大部分的凡夫俗子都是關心自己的，即使去幫助別人也是因爲對自己有好處。譬如說相信布施的人一定會在未來得到回報，這也不過是一種對自己的變相投資。

開悟的人却正好相反，他們即使表面很自私地替自己籌畫計算，但因爲意識已沒有小我的存在，所以最後都成爲奉獻大衆。

「奉獻」這二字，只有無我的人才能匹配。

他們深深體悟：一切都沒有我的份！

288

仔細看來無別人

趙文孺

妄想元來本是眞，除時又起一重塵，
言思動靜承誰力？仔細看來無別人。

《續指月錄》卷二十之〈尊宿集〉頁二七〇

【註】＊趙文孺：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

所謂的妄想本來就是眞心
如果起心動念想去掃除妄想
即又是自己給自己多一重妄想
只要仔細看清楚

說話、思考、行動、靜止的幕後主使者
就知道這一切都是佛性的幻化遊戲
而佛性很遙遠嗎？
就在此時此地此念

【分析與鑑賞】

有人問大師：「我什麼時候才能悟道？」
大師說：「當你看到……」
「看到什麼？」
「花和樹，星星和月亮。」
那人驚訝說：「可是我天天都看到啊！」
大師說：「不！你所看到的，只是幻想中的花、樹、星星、月亮，你並未活在眞實中，而只活在你的思想及概念裏。」

最後，大師補充一句：「如果你從未眞正看過一朵花、一顆星星，你也將從未眞正生活過，從未認識眞正的自己，更不必談開悟了。」

289 巖頭一夜東風起

奬山元模

四十餘年寄俗塵，如今却顯個中尊，
巖頭一夜東風起，吹得花開滿樹春。

《續指月錄》卷二十之〈尊宿集〉頁二七一

【註】 *奬山元模：法嗣不詳。

【白話新唱】

四十多年的人生在塵世浮浮沈沈
如今死亡將居更覺塵世的尊貴
涅槃不遠
塵世即是涅槃

我要走了！
就像一夜東風吹拂
滿樹花開
這是我一生的寫照

【分析與鑑賞】

獎山元模勤修禪定，常有奇事環繞。譬如，他之所以會到獎山當住持，乃是有一次在禪定中遊行到獎山的玄奘禪師道場，一位老人來迎接他，說：「我爲師守此山五百年矣！」說完，化成一條黑龍臨空而去。出定後，他就知道回獎山的因緣到了。

他臨終時，曾經說印度禪宗三祖商那和修尊者隱居在象白山，示現龍奮迅三昧，說法伏諸外道，然後化火自焚。所以他也仿效尊者，在象鼻巖前，入龍奮迅三昧，一下子雲霧四起，雷雨大作，他自己引動三昧眞火火化了！

這首遺偈，有著優美意象。人生雖漫長，在宇宙的時間尺度下却猶如一彈指，可喜的是，禪師

這首遺偈，有著優美意象。人生雖漫長，在宇宙的時間尺度下却猶如一彈指，可喜的是，禪師在一彈指的人生中找到了宇宙的眞相，跳出時間之外。

「巖頭一夜東風起，吹得花開滿樹春」，人生就像短暫的一夜東風吹，可喜的是及時花開滿樹春，不枉人生一遭。

290

萬紫千紅總是春

塊北和尚

萬紫千紅總是春，何須饒舌問東君？
啞人得夢向誰說？豎起空拳指白雲。

《續指月錄》卷二十之〈尊宿集〉頁二七二

【註】＊塊北和尚：不詳法嗣。
＊東君：春神。

【白話新唱】

一見到萬紫千紅
就該明白：春天到了！
何必多嘴去問東君呢？

啞巴作了夢

自己知道就是了，何必告訴別人呢？

豎起空拳指白雲

一切盡在不言中

【分析與鑑賞】

一見到百花群放，萬紫千紅撲入眼簾，這時，不必理智思維分析，就應該知道：春天來了！同樣的，一見到宇宙的五光十色，一聽到大地山河的風聲、水聲、鳥聲、人聲、雨聲、雷聲……，一覺察內心紛紛而來的雜念、妄念、正念……，就應該知道一切都是佛性無所不在的奇妙運作。

但是不必說出來！你說與不說，都對佛性的大化流行不妨礙。但是當你開口說話時，你的心卻可能偏離了佛性的正位，說了很多，卻與佛性不相干。

啞人得夢向誰說？

不說為貴。

豎起空拳指白雲。
不說爲說。
萬事萬物都已替自己說了，也不勞你多費唇舌，越說越離題。

291

難把家私說與人

常藏主

百尺竿頭罷問津，孤峰絕頂養閒身，
雖然破屋無遮蓋，難把家私說向人。

《續指月錄》卷二十之〈尊宿集〉頁三七三

【註】*常藏主：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

修行到了百尺竿頭的末梢
不必再問如何向上爬
而要跳向虛空了！
此後，無事，無欲

在孤峰絕頂逍遙過活也無妨
雖然住在沒有遮蓋的破屋裏
可是裏頭有些什麼
也很難用言語說與別人明白

【分析與鑑賞】

大道、禪法，就像無遮蓋的屋子，人人都可以進來，可是不肯進來的人，無論你說得再巨細靡遺，也無法讓他明白屋裏有些什麼寶貝。

怎麼進來呢？

所有的方法、技巧，只能讓人爬到百尺竿頭的末梢，這是方法、技巧的極限了！

再向上，所謂「向上一著，千聖不傳」，這不是方法、技巧可以達成的功效。

唯一能助你向上一跳的，只有強烈的道心：我非開悟不可！非開悟不可！不開悟寧可死！……

在這種熱情貫注下，一道內在的暗門將會突然大開，顯露宇宙莊嚴光明。

也許是一朵花的香氣，也許是一隻夏蟬的鳴啼，也許是一句古人閒話，也許是一句三字經……，任何事物都可能幫助你打開最後那道內在的暗門。

292

聽雨偈

可上座

簷頭滴瀝甚分明，迷己衆生喚作聲，
我亦來年多逐物，春宵一枕夢難成。

《續指月錄》卷二十之〈尊宿集〉頁二七四

【註】*可上座：法嗣不詳。

【白話新唱】

雨水從屋簷一滴滴滴下來
這清楚分明的雨滴聲
沈迷衆生說是雨滴聲
已經開悟的我却知道這是佛陀所說最上大法

想到自己多年來被聲色外境迷得團團轉
這一晚我有說不完的感觸
不能成眠
一整夜聆聽雨滴聲

【分析與鑑賞】

宇宙是多重時空的存在，人們固著在三次元空間、線性時間架構中，很難跳開來。從更廣大的觀點重新觀察我們熟悉的世界，人們所知覺到的世界只是實相的一小部分，而人們經常疏忽了這一理解，反而把這一小部分當作全部，視其他更廣大的實相爲荒誕無稽。

人們運用許多驚人的技巧，把自己束縛在這小小的實相中。

例如，每個人都有一個自己專屬的名字，對這個名字有特別的認同感，乃致於曾經演變成古代帝王的名諱不可隨便亂寫亂叫，犯者會被砍頭的。

例如，人們有一種「知覺的恆常性」，比方說汽車雖然噴烤上寶藍色漆，但是隨著日夜光線改變，

車身顏色不斷變換，不是一種固定的色澤，但是人們會以一種固定的寶藍色來看待他的車子。人們以這種「知覺的恆常性」，在諸法無常的冥相中創造出「恆常不變」的幻相。

說起來，衆生一直堅牢執著自己是凡夫，一直把自己的知覺鎖定在這小小的實相裏，頗令高層次的諸佛菩薩佩服不已，因爲他們已經辦不到了。

本偈中，可上座對於一直把雨聲局限在只是雨聲的凡夫俗子，流露出深深的悲憫，這是高等人的情感——自己沒有問題，只有別人的問題。

293

始悔從前錯用功

無念深有

四十餘年不住功，窮來窮去轉無蹤，
而今窮到無依倚，始悔從前錯用功。

《續指月錄》卷二十之〈尊宿集〉頁二七八

【註】 *無念深有：黃州麻城人，出家後曾謁盧山大安禪師，安向曰：「汝號什麼？」師曰：「無念。」安曰：「哪個是無念？」師茫然。一夕，聞哭笑二聲相觸，猛然開悟。

【白話新唱】

不斷努力用功四十多年
這個方法也試，那個方法也用
就是見不到道

如今已到山窮水盡，沒有任何方法可用了啊！

我才後悔從前錯用功

【分析與鑑賞】

只有到家的人，才有資格說「始悔從前錯用功」；還在路上奮力向前的人，趕路都來不及了，沒有閒功夫說個「悔」字。

有人問大師：「我該怎麼做才能悟道？」

大師說：「如果你想悟道，你必須知道兩個秘訣。第一個就是要深刻認識：所有使人悟道的方法，根本無效！」

那人愣了一下，說：「既然這樣，還有第二個秘訣嗎？」

大師笑著說：「當然有，第二個秘訣就是：你必須忘掉第一秘訣，依然努力不懈。」

294

無心之地

遲道者

三十餘年四海間，親師擇友未曾閒，
今朝得到無心地，却被無心趁出山。

《禪宗雜毒海》卷二，卍續藏第一一四册頁一二七下

【註】＊遲道者：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

爲了求道
三十年來走遍五湖四海
沒有一刻停止去拜師訪友
好不容易修到了「無心」的境界

却被「無心」趕出來！
原來「無心」不是修到的
而是不做就有了

【分析與鑑賞】

我們已經做了很多了，所以是一個偉大的凡夫。佛陀什麼也不做了，所以是一個平凡的聖人。對世界有所看待、對境界有所企求、對美好事物有所貪戀、對醜惡事物有所厭棄，這都是「做」。單純地放下，還諸天地本來面目，即是「不做」，也就是「無心」。

295

舉眼無親眞丈夫

或庵體

暗撒驪珠成瓦礫，閒傾鴆毒是醍醐，
寃將恩報滅胡種，舉眼無親眞丈夫。

《禪宗雜毒海》卷二，卍續藏第一一四册頁一二三下

【註】＊或庵體：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

我偷偷把最珍貴的驪龍之珠撒出來
人們却視爲不值半文錢的瓦礫
有時我把鴆毒當茶水招待
人們却說眞是醍醐妙味

唉！人們眞是糊塗啊！

達摩祖師來中國害慘我們了！

這冤仇只好以殺死他來報恩

之後，在你眼中

既沒仇人也沒親人

這才是眞正的大丈夫！

【分析與鑑賞】

睿智的老子曾說：「上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若無；下士聞道，大笑之，不笑不足以爲道。」

這段話的精華在最後一句：「不笑不足以爲道。」眞正的道，往往平淡得令人不敢相信：「道就是這樣？道就只是這樣嗎？」因爲人們的腦袋早已裝了許多知識，眞正的道並未超越人們的知識範疇，只是人們並未親身體驗，以致對道有極多不

切實際的幻想。

道並未超越人們的知識範疇，只是深度不同啊！

好比一個人可以從圖片、文字知道極光的絢麗神秘之美，可是親自到極地走過一遭，親身體驗縹緲的極光在高空遊移舒卷之後，深度完全不一樣。

所以眞正的驪珠會被視爲瓦礫，鴆毒却被當作醍醐，假的禪師當道，眞的禪師遁隱。

本詩中，「寃將恩報滅胡種，舉眼無親眞丈夫」，蘊涵了迷人的禪趣，請讀者自己咀嚼出來吧！

296

催眠秘方

靈谿昱

讀經未罷眼如醉，驅遣睡魔無秘方，
山堂一枕眠方穩，門外千竿玉送涼。

《禪宗雜毒海》卷八，卍續藏第一一四冊頁一九二上

【註】＊靈谿昱：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

佛經還沒讀完就睡眼朦朧了
我也沒有排除睡意的秘方
不如把佛經當枕頭
睡得安穩無比

門外千竿綠竹送來清香的涼風

啊！好舒服！

【分析與鑑賞】

喜歡這首詩的絕對自在！

佛經只是佛經，它深奧的經文用來催眠最好了，它厚重的體積當枕頭也很管用，你瞧，佛經還可以有這麼多用途！

開悟以後，神聖的不再神聖，低賤的不再低賤，有的只是隨心所欲的自由。

297 雁宕山

惟一潤

四海名山曾過目，就中此境難圖錄，
山前向見白頭翁，自道一生看不足。

《禪宗雜毒海》卷五，卍續藏第一一四冊頁一五七下

【註】*惟一潤：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

天下名山都已見過
只有雁宕山難以形容
曾在山前見到白髮老翁
他說：「這座山一輩子也看不夠！」

【分析與鑑賞】

雁宕山，豈有別的意思？比喻佛性也。

世間的知識雖然龐大浩瀚，總是有限度。唯有佛性是一切知識、智慧的源泉，亙古滔滔流出澎湃不絕的森羅萬象。

不識字的六祖慧能，鑿通了佛性這活水源頭後，智慧辯才超群，堪爲百代人天師。粗通文墨的近代僧八指頭陀，見性之後，竟搖身一變，成爲遠近馳名的詩僧！

這座佛性山，哪裏是一生看不足？生生世世也看不足。

298 風月接待

商源

不蓄莖虀秈粒米，要餐風月任從伊，
莫嫌冷澹無滋味，一飽能消萬劫飢。

《禪宗雜毒海》卷四，卍續藏第一一四冊頁一四五下

【註】＊商源：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

我這裏沒有準備飯菜
來訪的道友們
有風有月任你們享受
莫嫌冷淡無滋味

眞正吃飽了
只要一次
就能消除萬劫以來的飢餓

【分析與鑑賞】

好飯好菜只能餵飽肚皮，却不能治療靈性的飢餓。

風月雖然冷淡無滋味，若能從中解讀出宇宙的秘密，就能讓靈性再無匱乏。

好像佛陀夜睹明星，忽然機緣成熟悟道了，無始無明當下轉爲無上菩提，從此成爲天人師、大醫王。

299 蜜蜂

天封慈

千花蕊上刺香時，百草頭邊得意歸，
一竅透穿通活路，遊行無礙去來飛。

《禪宗雜毒海》卷六，卍續藏第一一四冊頁一七二下

【註】＊天封慈：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

自由自在的蜜蜂
悠遊於千萬花朵香氣中
採得了花蜜又從群草頭上快意飛回
啊！

刺通了關鍵一竅
打通了一條佛性活路
就像蜜蜂一般
遊行無礙去來飛

【分析與鑑賞】

這首詩表達了蜜蜂採得花蜜後，快樂地飛來飛去，絕對的自由自在！正是修行人挖到佛性寶藏後，流暢無礙的心境寫照。

心中有什麼，就看見什麼。心中有情欲，就看見蜜蜂拈花惹草；心中有道情，就看見蜜蜂無憂無慮飛行快活。

啊！這「萬法唯心造」的本身，難道不足以啓示人們，眞理就在這兒嗎？

300

爆竹

慇生念

紙裹麻纏解不開，因緣時至出頭來，
一聲霹靂驚天地，曠劫無明當下灰。

《禪宗雜毒海》卷四，卍續藏第一一四冊頁一五〇上

【註】慇生念：生平、法嗣不詳。

【白話新唱】

爆竹一顆
紙裹麻纏解不開
直到因緣成熟時
火苗終於燒到核心去

轟然一聲

驚天動地

瞬間燒光了萬劫無明

【分析與鑑賞】

本詩以爆竹比喻人們內心藏著智慧的火藥，爆炸時，霹靂一聲，把所有的無明、執著炸得粉身碎骨，這就是驚天動地的開悟了！

作者用「紙裹麻纏解不開」來形容人們的煩惱，十分鮮活。面對煩惱，見招拆招只能治標不能治本。必須來個大爆炸，才能徹底解決。八萬四千煩惱絲，如果一一去解開，只會剪不斷理還亂，不如用一把智慧火燒得一乾二淨。

目前有許多心理層面的工作坊、潛能開發訓練課程，雖然在上課時，學員們感動萬分，老師給了很多保證，似乎前路一片光明。可是，如果沒有從根本下手，費了偌大力氣，不過是「斬草不除根」。唯有根本從人們的我執、自性見下手，才能收到一勞永逸的功效。

參禪，是爆破萬劫無明的致命武器。從此之後，自己做自己的老師，再也不必上那上不完的課，盡在五蘊幻城內兜圈子。

後記

有一天，經過寺廟時，無意中聽到兩位正準備上香的女士低聲對話。

「我們要不要祈求佛祖保佑，明天的飛行一路平安？」

原來這兩位女士明天要搭飛機出國了。

「不用。」

「那妳要祈求什麼？」

「讓我們一起來祈求老天的旨意得以實現，這樣就好了。」

天啊！這話令我心湖蕩漾，在平淡的語氣中蘊涵了多麼晶瑩剔透的智慧呀！

我想，這套「禪門三寶」也是老天的旨意得以實現吧！說也奇怪，付梓之前，我在進行最後校對時，竟然覺得這套書是陌生的，彷彿與我無關。

這樣想來，人生的悲歡離合、榮辱毀譽，也不過是老天的旨意，好讓我們深刻體驗生命的無限

可能性。

當我思索直接、間接促成這套書的因緣時，許許多多的人名像溪水琤琤流過我的心上，志忠、清玄、舒涵、寶原、晴雲、幹雄、墨言、謙達那、大安、嚴馨、伶玫、華晃、華震、元松、秋松、秋月、耿維、燕婉、春子、子銘、桂華、加興、美倩、春蓮、瑪俐、啓嵩……

生命就像一闋對位法譜就的巴洛克音樂，同時有許多組旋律交錯進行。旋律有時高昂，有時低迴，有時暫時停歇，等待適當的時機再度飛揚。

這群人走入我的生命歷程，譜出或美麗或感傷或悲愴的音符，無論是哪一個音階，現在看來，每一個音符都是最好的、最恰如其分的。

我深深感謝每一個人。

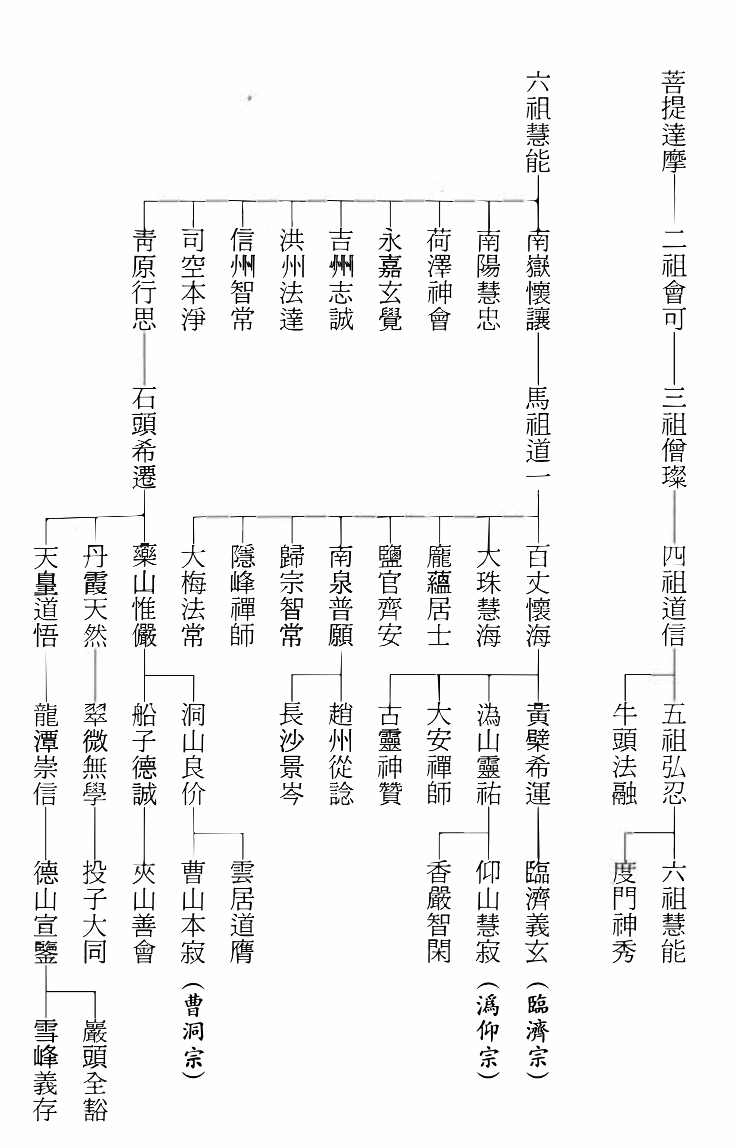
整個宇宙法界也是一闋多重旋律交織而成的樂曲，譜曲者是我們內在的佛性，也是看不見的老天的旨意。

這首樂曲，和諧寂靜，猶如一朵千瓣蓮花，包藏無止境的美……

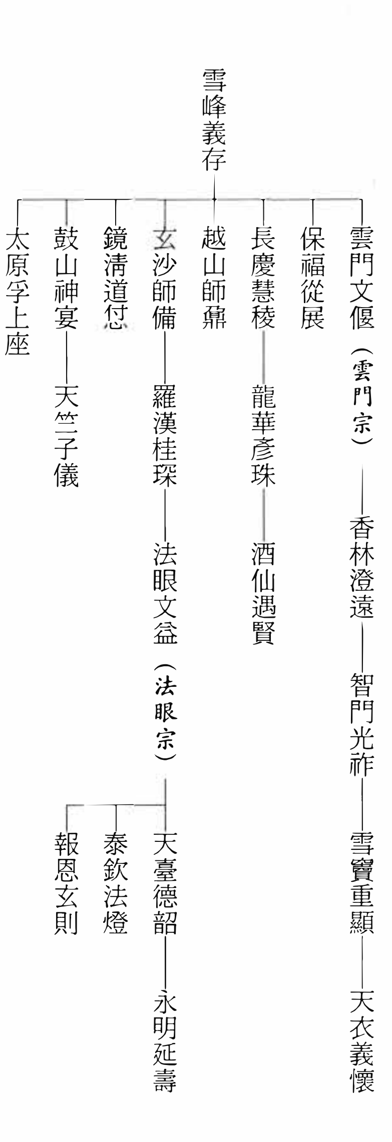
原文書目

《指月錄・續指月錄》　瞿汝稷、聶先編著，新文豐出版公司，民國八十一年二月初版三刷。
《五燈會元》　宋普濟編著，新文豐出版公司，民國七十八年十月臺初版。
《景德傳燈錄》　宋釋道原編，彙文堂出版社，民國七十六年六月臺初版。
《古尊宿語錄》　宋藏主賾公著，新文豐出版公司，民國七十八年三月臺初版。
《禪家寒山詩注》　唐寒山著，民國李誼註釋，正中書局，民國八十一年七月臺初版。
《禪門逸書初編》　明復法師主編，明文書局，民國七十年三月初版。
《禪門逸書續編》　明復法師主編，漢聲出版社，民國七十六年六月初版。
《禪宗全書》　藍吉富主編，文殊文化有限公司，民國七十九年五月初版。
《大日本佛教全書》　佛書刊行會編纂，名著普及會，平成三年八月二十日覆刻板三刷。

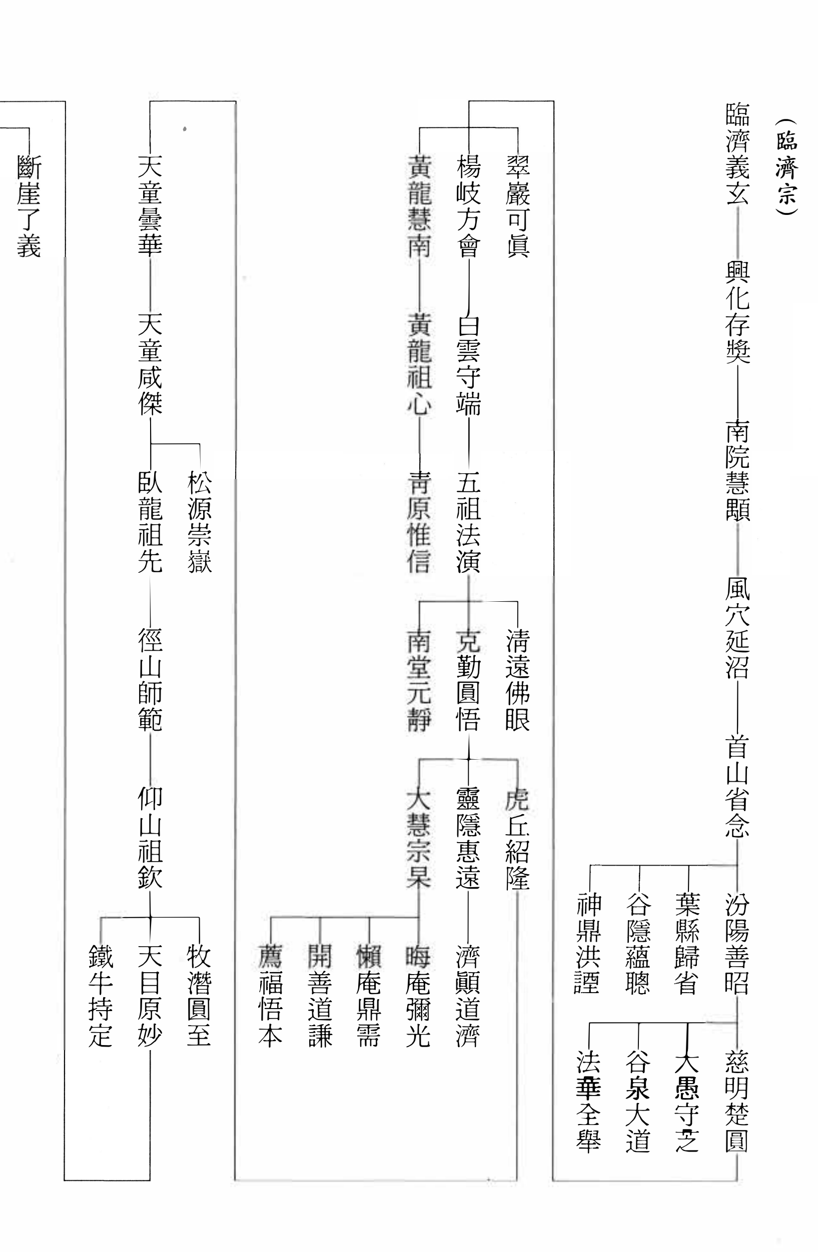
禪師傳承表



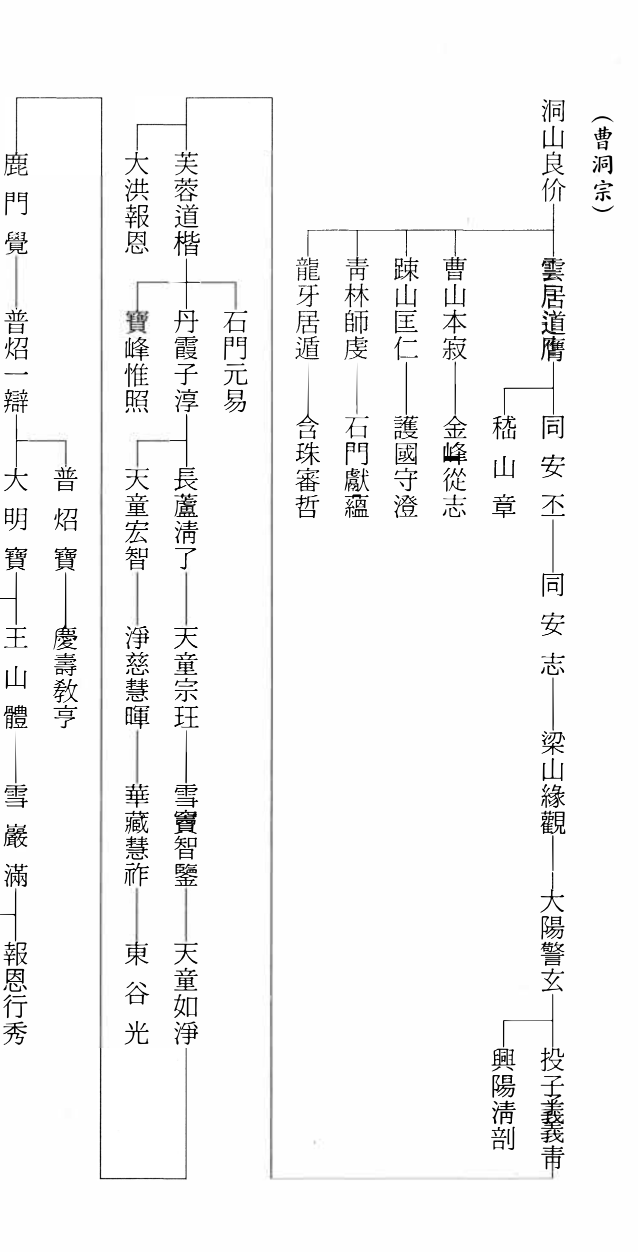
菩提達摩
二祖會可
三祖僧璨
四祖道信
五祖弘忍
六祖慧能
牛頭法融
度門神秀
六祖慧能
南嶽懷讓
南陽慧忠
荷澤神會
永嘉玄覺
吉州志誠
洪州法達
信州智常
司空本淨
青原行思
馬祖道一
百丈懷海
大珠慧海
龐蘊居士
鹽官齊安
南泉普願
歸宗智常
隱峰禪師
大梅法常
黃檗希運
溈山靈祐
大安禪師
古靈神贊
臨濟義玄
(臨濟宗)
仰山慧寂
(潙仰宗)
香嚴智閑
趙州從諗
長沙景岑
石頭希遷
藥山惟儼
丹霞天然
天皇道悟
洞山良价
船子德誠
雲居道膺
曹山本寂
(曹洞宗)
夾山善會
翠微無學
投子大同
龍潭崇信
德山宣鑒
巖頭全豁
雪峰義存



雪峰義存
雲門文偃（雲門宗）
香林澄遠
智門光祚
雪竇重顯
天衣義懷
保福從展
長慶慧稜
龍華彥珠
酒仙遇賢
越山師鼐
玄沙師備
羅漢桂琛
法眼文益（法眼宗）
天臺德韶
永明延壽
泰欽法燈
報恩玄則
鏡清道怤
鼓山神宴
天竺子儀
太原孚上座



(臨濟宗)
臨濟義玄
興化存奬
南院慧顒
風穴延沼
首山省念
汾陽善昭
葉縣歸省
谷隱蘊聰
神鼎洪諲
慈明楚圓
大愚守芝
谷泉大道
法華全舉
翠巖可眞
楊岐方會
黃龍慧南
白雲守端
黃龍祖心
五祖法演
靑原惟信
淸遠佛眼
克勤圓悟
南堂元靜
虎丘紹隆
靈隱惠遠
大慧宗杲
濟顚道濟
晦庵彌光
懶庵鼎需
開善道謙
薦福悟本
天童曇華
天童咸傑
松源崇嶽
臥龍祖先
徑山師範
仰山祖欽
牧潛圓至
天目原妙
鐵牛持定
斷崖了義
中峰明本
天如惟則


(曹洞宗)
洞山良价
雲居道膺
同安丕
同安志
梁山緣觀
大陽警玄
投子義靑
興陽淸剖
嵇山章
曹山本寂
金峰從志
踈山匡仁
護國守澄
靑林師虔
石門獻蘊
龍牙居遁
含珠審哲
芙蓉道楷
大洪報恩
石門元易
丹霞子淳
寶峰惟照
長蘆淸了
天童宏智
天童宗珏
淨慈慧暉
雪竇智鑑
華藏慧祚
天童如淨
東谷光
鹿門覺
普炤一辯
普炤寶
慶壽敎亨
大明寶
王山體
雪巖滿
報恩行秀
仁山恆
大明詮
竹林海

◉十五畫

◉十六畫

◉十七畫

◉十八畫

◉十九畫

◉二十畫

◉二十一畫

◉二十二畫

◉二十四畫

◉十二畫

◉十三畫

◉十四畫

◉八畫

◉九畫

◉十畫

◉十一畫

禪門詩偈人名筆畫索引

說明：二祖慧可 23 ☞ 二祖慧可的詩出現於本書第23首

國家圖書館出版品預行編目資料

禪門詩偈三百首／廖閱鵬作. --初版. --臺北
市：圓神, 民85
冊；　公分. --(現代佛典；47-49)
參考書目：面
含索引
ISBN 957-607-223-9 (一套：平裝)

831.92　　　　85003775

套　號：ISBN 957-607-223-9
第三冊：ISBN 957-607-226-3

圓神出版社
YUAN-SHEN PRESS



◎現代佛典49

禪門詩偈三百首(三)

●定價250元

作者／廖閱鵬
發行人／曹又方
出版者／圓神出版社有限公司
地址／台北市南京東路四段50號6F之1
電話／五七九八八〇〇（代表號）
傳真／五七九〇三三八・五七七三二二〇
郵撥帳號／一八五九八七一二　圓神出版社有限公司
登記證／行政院新聞局局版台業字第六三六九號
責任編輯／應桂華
校對／廖閱鵬・應桂華・林俶萍
美術編輯／呂佩瑩
印刷／祥峯印刷廠
法律顧問／蕭雄淋
中華民國85年5月　初版

Printed in R.O.C.